



## Diplomová práce

# Týmové role a vnímání psychické zátěže v průběhu realizace dětského letního tábora

*Studijní program:*

N0922A190002 Vychovatelství

*Autor práce:*

**Bc. Anna Schäferová, DiS.**

*Vedoucí práce:*

doc. PhDr. Ilona Gillernová, CSc.

Katedra pedagogiky a psychologie

Liberec 2024



## Zadání diplomové práce

# Týmové role a vnímání psychické zátěže v průběhu realizace dětského letního tábora

*Jméno a příjmení:*

**Bc. Anna Schäferová, DiS.**

*Osobní číslo:*

P22000614

*Studijní program:*

N0922A190002 Vychovatelství

*Zadávající katedra:*

Katedra pedagogiky a psychologie

*Akademický rok:*

2022/2023

## Zásady pro vypracování:

Studium odborné literatury, pravidelné konzultace s vedoucí práce, pedagogický výzkum.

Cíle a úkoly diplomové práce:

1. Zjistit, jakou psychickou zátěž v průběhu letního tábora a jak ji prožívají jedinci s rozličnými rolami v realizačním týmu
2. Zjistit, zda působí na vnímání psychické zátěže typ letního tábora (např. oddílový, komerční).
3. Zaměřit se na týmovou spolupráci jako možnou prevenci reflektování zátěže

Typ výzkumu: smíšený – hlavní metodou sběru dat je dotazování (kvantitativní část – dotazník, kvalitativní část – polostrukturovaný rozhovor)

*Rozsah grafických prací:*

*Rozsah pracovní zprávy:*

*Forma zpracování práce:*

tištěná/elektronická

*Jazyk práce:*

čeština

### **Seznam odborné literatury:**

BURDA, J.; ŠLOSAROVÁ, V. a kol., 2008. *Tábory a další zotavovací akce*. Praha: NIDM MŠMT. ISBN 978-80-86784-59-5.

ČERVINKA, J., 2017. *Hurá na tábor!* Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1178-5.

FONTANA, D., 2016. *Stres v práci i v životě: jak ho pochopit a zvládat*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1033-7.

HÁJEK, B.; HARMACH, J., 2004. *Děti, vedoucí, volný čas*. Praha: IDM MŠMT. ISBN 80-86784-06-1.

JIRÁSEK, I., 2019. *Zážitková pedagogika: Teorie holistické výchovy (v přírodě a volném čase)*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1485-4.

KŘIVOHLAVÝ, J., 2009. *Psychologie zdraví*. 3. vydání. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-568-4.

*Vedoucí práce:*

doc. PhDr. Ilona Gillernová, CSc.

Katedra pedagogiky a psychologie

*Datum zadání práce:*

7. dubna 2023

*Předpokládaný termín odevzdání:*

15. prosince 2024

prof. RNDr. Jan Pícek, CSc.  
děkan

L.S.

doc. PhDr. Dana Kasperová, Ph.D.  
garant oboru

## Prohlášení

Prohlašuji, že svou diplomovou práci jsem vypracovala samostatně jako původní dílo s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím mé diplomové práce a konzultantem.

Jsem si vědoma toho, že na mou diplomovou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci nezasahuje do mých autorských práv užitím mé diplomové práce pro vnitřní potřebu Technické univerzity v Liberci.

Užiji-li diplomovou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědoma povinnosti informovat o této skutečnosti Technickou univerzitu v Liberci; v tomto případě má Technická univerzita v Liberci právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Současně čestně prohlašuji, že text elektronické podoby práce vložený do IS/STAG se shoduje s textem tištěné podoby práce.

Beru na vědomí, že má diplomová práce bude zveřejněna Technickou univerzitou v Liberci v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb., o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších předpisů.

Jsem si vědoma následků, které podle zákona o vysokých školách mohou vyplývat z porušení tohoto prohlášení.

## **Poděkování**

Děkuji doc. PhDr. Iloně Gillernové, CSc. za trpělivost, podporu a laskavý přístup při tvorbě této diplomové práce. Poděkování patří také všem respondentům, kteří se zapojili do výzkumného šetření a mé rodině za podporu během navazujícího studia.

## **Anotace**

Diplomová práce se zabývá problematikou psychické zátěže táborových vedoucích v souvislosti s jejich rolí v realizačním týmu. Literárně přehledová část popisuje historii, legislativu a fungování letních dětských táborů v České republice. Dále seznamuje s jednotlivými týmovými rolemi a objasňuje termíny psychická zátěž, stres, stresor, copingová strategie, syndrom vyhoření. Závěr přehledové části je věnován nejčastějším zdrojům zátěže pedagogických a dobrovolných výchovných pracovníků, mezi které se řadí právě i táboroví vedoucí. Empirickou část tvoří metodologie výzkumu, přehled a vyhodnocení dat, získaných buď prostřednictvím dotazníku v případě kvantitativního výzkumného souboru, nebo interview a koláče radosti u kvalitativního výzkumného vzorku. Závěr diplomové práce shrnuje zjištěné poznatky a vyhodnocuje existenci souvislosti mezi prožíváním psychické zátěže a rolí v realizačním týmu tábora, a zda typ tábora ovlivňuje psychickou zátěž táborových vedoucích.

**Klíčová slova:** historie letních táborů, letní dětské tábory, psychická zátěž, táboroví vedoucí, týmové role, stresory pedagogických pracovníků, zotavovací akce

## **Summary**

Diploma thesis deals with psychological burden of summer camp leaders in relation to their role in the implementation team. The literature review part describes history, legislation and functioning of children's summer camps in the Czech Republic. It also introduces the individual team roles and explains the terms psychological burden, stress, stressor, coping strategy, burnout syndrome. The final part of review is devoted to the most common sources of psychological burden for pedagogical and volunteer workers, including camp leaders. The empirical part consist of the research methodology, review and evaluation of the data collected either through a questionnaire, in the case of quantitative research sample, or through interviews and pie of joy in the case of qualitative research sample. The conclusion of the thesis summarizes findings and evaluates the existence of a link between experience of psychological burden and the role in the camp implementation team, and whether the type of camp influences the psychological burden of the camp leaders.

**Key words:** history of summer camps, summer children's camps, psychological burden, summer camps leaders, team roles, stressors of pedagogical workers, recovery events

## Obsah

|   |    |
|---|----|
| Seznam tabulek .....                                      | 10 |
| Seznam grafů.....   | 10 |
| Seznam použitých zkratk.....                              | 11 |
| Úvod.....   | 12 |
| 1 Dětské letní tábory .....                               | 14 |
| 1.1 Historie letních táborů.....                          | 14 |
| 1.2 Legislativní vymezení .....                           | 16 |
| 1.3 Typy letních táborů .....                             | 18 |
| 1.3.1 Formy ubytování .....                               | 19 |
| 2 Vedoucí letních táborů .....                            | 22 |
| 2.1 Role v táborovém týmu .....                           | 23 |
| 2.1.1 Hlavní vedoucí .....                                | 23 |
| 2.1.2 Oddílový vedoucí .....                              | 24 |
| 2.1.3 Praktikant/instruktor.....                          | 25 |
| 2.1.4 Programový vedoucí .....                            | 25 |
| 2.1.5 Zdravotník .....                                    | 26 |
| 2.1.6 Hospodář .....                                      | 26 |
| 2.1.7 Kuchař.....   | 26 |
| 3 Zátěž a stres.....                                      | 28 |
| 3.1 Psychická zátěž a stres .....                         | 28 |
| 3.2 Nejčastější stresory u pedagogických pracovníků ..... | 30 |
| 3.3 Strategie zvládnání zátěže .....                      | 31 |
| 4 Metodologie výzkumu .....                               | 33 |
| 4.1 Cíle výzkumu .....                                    | 33 |
| 4.2 Výzkumný soubor .....                                 | 34 |
| 4.3 Výzkumné metody .....                                 | 34 |



|       |  |    |
|-------|--|----|
| 5     | Popis a zhodnocení dotazníkové části .....             | 36 |
| 5.1   | Interpretace dat z jednotlivých položek dotazníku..... | 36 |
| 5.2   | Vyhodnocení stanovených předpokladů .....              | 54 |
| 6     | Realizace a přepis rozhovorů .....                     | 57 |
| 6.1   | Popis prvního tábora .....                             | 58 |
| 6.1.1 | Přepis rozhovoru – hlavní vedoucí.....                 | 61 |
| 6.1.2 | Přepis rozhovoru – oddílový vedoucí 1 (muž) .....      | 62 |
| 6.1.3 | Přepis rozhovoru – oddílový vedoucí 2 (žena).....      | 63 |
| 6.1.4 | Přepis rozhovoru – programový vedoucí .....            | 65 |
| 6.1.5 | Přepis rozhovoru – praktikantka .....                  | 67 |
| 6.2   | Zhodnocení rozhovorů a koláčů radosti – 1. tým.....    | 68 |
| 6.3   | Popis druhého tábora.....                              | 70 |
| 6.3.1 | Přepis rozhovoru – oddílový vedoucí 1 (muž) .....      | 72 |
| 6.3.2 | Přepis rozhovoru – oddílový vedoucí 2 (žena).....      | 73 |
| 6.3.3 | Přepis rozhovoru – programový vedoucí .....            | 74 |
| 6.3.4 | Přepis rozhovoru – praktikant .....                    | 75 |
| 6.4   | Zhodnocení rozhovorů a koláčů radosti – 2. tým.....    | 76 |
|       | Shrnutí výsledků a diskuze.....                        | 78 |
|       | Závěr .....  | 80 |
|       | Seznam použitých zdrojů .....                          | 82 |
|       | Seznam příloh .....                                    | 85 |

## Seznam tabulek

|  |    |
|--|----|
| Tabulka 1 Věková skupina svěřených klientů.....          | 41 |
| Tabulka 2 Počet dětí na táboře .....                     | 42 |
| Tabulka 3 Zátěžové faktory u hlavních vedoucích .....    | 46 |
| Tabulka 4 Zátěžové faktory u oddílových vedoucích .....  | 47 |
| Tabulka 5 Zátěžové faktory u praktikantů .....           | 48 |
| Tabulka 6 Zátěžové faktory u programových vedoucích..... | 49 |
| Tabulka 7 Zátěžové faktory u zdravotníků .....           | 50 |
| Tabulka 8 Psychické stavy na táboře .....                | 52 |
| Tabulka 9 Interview 1. tým .....                         | 68 |
| Tabulka 10 Vyhodnocení koláčů radosti - 1. tým .....     | 69 |
| Tabulka 11 Interview 2. tým .....                        | 76 |
| Tabulka 12 Vyhodnocení koláčů radosti - 2. tým .....     | 77 |

## Seznam grafů

|   |    |
|---|----|
| Graf 1 Pohlaví respondentů.....                                   | 36 |
| Graf 2 Věkové rozložení respondentů.....                          | 37 |
| Graf 3 Týmové role respondentů .....                              | 38 |
| Graf 4 Formy ubytování na táborech .....                          | 39 |
| Graf 5 Délka táborové praxe .....                                 | 40 |
| Graf 6 Zaměstnání respondentů .....                               | 41 |
| Graf 7 Míra zátěže obecně .....                                   | 42 |
| Graf 8 Míra zátěže v závislosti na roli v týmu .....              | 44 |
| Graf 9 Shnutí míry zátěže u všech faktorů.....                    | 45 |
| Graf 10 Účast na příštím táboře .....                             | 53 |
| Graf 11 Pocit syndromu vyhoření .....                             | 53 |
| Graf 12 Míra zátěže v závislosti na formě ubytování .....         | 55 |
| Graf 13 Míra zátěže v závislosti na počtu zúčastněných dětí ..... | 56 |

## **Seznam použitých zkratk**

CTH – celotáborová hra

ČRDM – Česká rada dětí a mládeže

HVT – hlavní vedoucí tábora

MŠMT – Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

Sb. – Sbíрка zákonů

YMCA – Young men's christian association (křesťanské sdružení mladých mužů)

## Úvod

V letech 2021 – 2022 jsem realizovala dotazníkové šetření pro účely mé bakalářské práce, která nesla název *Zdroje psychické zátěže u pedagogických pracovníků při volnočasových pobytových akcích*. Výzkum byl zaměřen obecněji na volnočasovou oblast, respondenti byli z řad osob pedagogicky působících nejen na dětských táborech, ale také na školách v přírodě, sportovních či jinak zaměřených kurzech, soustředěních apod. Již v době realizování tohoto výzkumu se v mé mysli zrodil nápad na další šetření, a to se zaměřením pouze na oblast letních táborů a na to, jak psychickou zátěž prožívají táboroví vedoucí v závislosti na jejich roli v realizačním týmu. Jelikož sama dlouhodobě působím jako táborová vedoucí, a za dobu mé táborové činnosti jsem vystřídala několik rolí, je mi toto téma blízké.

Diplomová práce je rozčleněna do dvou obsáhlejších celků. Literárně přehledová část se dělí do tří kapitol. První kapitola je věnována tématu dětských letních táborů. Popisuje historické počátky táboření s dětmi a mládeží ve světě, ale hlavně shrnuje historický vývoj tohoto fenoménu na českém území od jeho začátků až po současnost. Součástí této kapitoly je i přehled důležitých právních předpisů – zákonů a vyhlášek, které se vztahují k organizaci dětských táborů. Obsahem kapitoly druhé je charakteristika osob, které na táborech působí jako výchovný dozor, dále pak také výčet a popis konkrétních rolí vedoucích v táborovém realizačním týmu. Literárně přehledovou část uzavírá kapitola týkající se psychické zátěže, stresu a nejčastějších zdrojů zátěže výchovných pracovníků – tedy učitelů ve školách, vychovatelů, volnočasových pedagogů a v neposlední řadě také táborových vedoucích. Poslední zmíněné sice zákon o pedagogických pracovnících nezmiňuje jakožto profesionální pedagogické pracovníky, nicméně vzhledem k obsahu jejich činnosti na táborech a tématu diplomové práce je nelze opomenout.

Empirickou část otevírá kapitola vymezující cíle diplomové práce a metodologii zrealizovaného výzkumu. Vytyčeny jsou dva cíle – prvním je zjistit zdroj psychické zátěže a její prožívání jedinci s rozličnými rolemi v realizačním týmu letního dětského tábora. Druhým cílem je poukázat na to, zda prožívání psychické zátěže vedoucích ovlivňuje typ tábora (způsob ubytování, kapacita). Metodologie práce představuje výzkumný soubor a zvolené výzkumné metody. Výzkumné soubory jsou dva: kvantitativní čítá 201 respondentů mužské i ženského pohlaví ve věku 15 – 40 let,

kvalitativní tvoří 9 respondentů mužského i ženského pohlaví ve věku 17 – 36 let. Jako výzkumné metody slouží dotazník vlastní konstrukce a polostrukturovaný rozhovor.

Podstatný úsek empirické části tvoří popis samotného průběhu výzkumu, prezentace zjištěných dat a jejich vyhodnocení. Část, která je věnována vyhodnocení dotazníkových položek je doplněna o grafy a tabulky, jež mohou pomoci čtenáři snáze pochopit interpretovaná data. Na dotazníkovou sekci navazuje část, obsahující přepsané realizované rozhovory, jejich zhodnocení a také zhodnocení tzv. koláčů radosti, což jsou diagnostické nástroje zjišťující motivační síly člověka. Za každým rozhovorem následuje analýza „koláče“ dotyčného respondenta. Diskuze obsahuje porovnání zjištěných výsledků s dosavadními odbornými poznatky v této oblasti.

Závěr práce hodnotí cíle – zda se podařilo zjistit odlišnosti ve vnímání zátěže táborových vedoucích podle jejich týmové role a zda má na prožívání zátěže vliv typ tábora, v němž oslovení vedoucí působí.

# 1 Dětské letní tábory

Letní rekreace pro děti a mládež ve formě táborů je v Čechách rozšířeným fenoménem s dlouholetou tradicí. Pro mnoho vedoucích, a samozřejmě také dětí, jsou tábory tím nejlepším letním prožitkem. Tábory jsou důležitým prvkem v oblasti zájmového vzdělávání a mají velký vliv na rozvoj dítěte, jak v oblasti týmové spolupráce, ale učí také samostatnosti (Kolektiv autorů 2022). Záměrem této kapitoly je seznámit s historií této oblíbené formy trávení volného času v období prázdnin. Rovněž zmiňuje přehled právních předpisů, upravujících problematiku pořádání nejen letních táborů pro děti a mládež. Závěr kapitoly představuje různé typy táborů a formy ubytování, se kterými se lze v České republice setkat.

## 1.1 Historie letních táborů

Dětské letní tábory jako forma využití volného času během prázdnin mají dlouholetou tradici. V historii bychom první náznaky dohledali již v 18. a 19. století. Táboření dal pak pravidelnost spisovatel **Ernest Thompson Seton**, který uspořádal první tábor pro chlapce v roce 1902. Chlapci tábořili ve stanech teepee, přičemž náplní programu byl spíše pobyt v divoké přírodě a zálesácké dovednosti. Stejně roku Seton založil první tábornické hnutí na světě – Woodcraft Indians, které se velmi rychle rozšířilo do dalších zemí. Hnutí Woodcraft a jeho myšlenky byly významnou inspirací pro **Roberta Badena Powella**. Ten se s myšlenkami Setona setkal roku 1906 a hned o rok později organizoval první skautský tábor pro chlapce. Rok 1907 je tedy považován za oficiální start činnosti skautského hnutí. Náplní prvního skautského tábora bylo, kromě bydlení ve stanu, pozorování fauny a flóry, stopování, pobyt v přírodě, základy první pomoci, večerní táborové ohně. Program tvořilo také několik her, ale prozatím jim nebyl dán takový prostor jako na táborech současné doby. Baden Powell zároveň od mladých skautů vyžadoval kázeň, slušné chování a lásku k vlasti. Seton a Powell se tak dají považovat za „otce“ tábornické tradice (Kolektiv autorů 2022).

V Čechách se první letní táboření pojí k roku 1911, kdy s dětmi o prázdninách tábořil Jan Hořejší. V tomtéž roce středoškolský učitel **Antonín Benjamín Svojsík** vycestoval do Anglie, kde poznal skautské myšlenky Badena Powella. Díky Svojsíkovi se skauting dostal i na naše území. Roku 1912 Antonín Svojsík uspořádal první skautský tábor v Čechách, kdy se skupinou 13 chlapců tábořil v blízkosti hradu Lipnice. V roce 1913 spatřil světlo světa vynález velice významný pro tábornictví – dřevěná

pod sada (Kolektiv autorů 2022). Jeho autor, Jan Pulkrábek v té době tábořil se svou ženou a družinou chlapců s názvem Ostříž nedaleko Kácova u Sázavy. Jeho cílem bylo vyvýšení stanů, aby se zamezilo vlhkosti, a rozšířil se prostor stanu. „*Na výrobu podsad se používaly různé materiály: tyčovina, větve, chvoji, rákos, sláma i proutí.*“ (Junák – český skaut 2023, s. 4). V počátcích si děti podsady vyráběly samy, což mělo kromě tréninku trpělivosti a zručnosti i výchovný charakter. Pokud dítě podsadu nevytvořilo kvalitně, samo sebe vytrestalo např. pobytem ve vlhku (Junák – český skaut 2023). Dívky si na svůj první tábor musely počkat až do roku 1915, kdy pro ně byl uspořádán skautský tábor u Živohoště. Původně byly tábory v Čechách zaměřené zejména na zálesácký způsob života, děti se musely postarat o stavbu tábořiště, přípravu jídla, obstarání dřeva a ohně. Zkrátka se jednalo o činnosti, které člověk potřebuje k přežití v přírodě (Kolektiv autorů 2022).

Na tom, že se do táborového programu začalo zahrnovat více herních aktivit, má nemalou zásluhu spisovatel **Jaroslav Foglar**. Ten působil jako skautský vůdce a mezi lety 1925 až 1984 s dětmi každý rok jezdil na letní tábory. Přínos Jaroslava Foglara pro tábornictví je výrazný, rozpracoval metodiku táborových programů do nichž zahrnoval zážitkové aktivity, vymyslel velké množství her pro děti do přírody a také první etapovou hru, která kdy byla na táboře realizována. Hra nesla název Alvarez a uvedena byla roku 1942, inspirací pro ni byla kniha Zelené jezero. Díky této hře se začaly etapové hry rozšiřovat i do jiných typů táborů. O popularizaci dětských táborů se Foglar zasadil skrze své knižní publikace, které dodnes bývají zdrojem inspirace pro mnohé táborové vedoucí (Kolektiv autorů 2022).

Ve druhé polovině 50. let dětské letní tábory zažívaly mohutný rozmach především díky Pionýrské organizaci Československého svazu mládeže. Cílem pionýrských táborů bylo vychovávat mládež v duchu komunistické ideologie a překonat tábory pořádané tradičnějšími organizacemi typu Skaut, YMCA, Sokol, Orel aj. (Franc, Knapík 2013). Od roku 1951 se Pionýrská organizace stala jedinou organizací pro děti a mládež, jelikož Skaut byl zrušen. Později se hlavním pořadatelem táborů stalo Revoluční odborové hnutí (Kolektiv autorů 2022). Zatímco skautské tábory byly zaměřeny na poznávání přírody a získávání tábornických schopností, pionýrské tábory se snažily navázat na školní výuku. Z dnešního pohledu by se daly přirovnat k dnešním školám v přírodě. Turnusy pionýrských táborů trvaly obvykle dva až tři týdny a byly určeny dětem ve věku 7 až 14 let (Franc, Knapík 2013). Na takovýchto táborech bývalo 100 až 200 dětí, ubytovaných v chatkách, budovách, zřídka i ve stanech

(Kolektiv autorů 2022). V táborovém programu vedoucí pionýrů kladli silný důraz na tyto výchovy: etickou, estetickou, pracovní a tělesnou. V 50. letech rovněž spatřily světlo světa tábory putovní a také tzv. městská dětská rekreace, kterou dnes známe pod pojmem příměstské tábory. (Franc, Knapík 2013). Krátkodobé rozvolnění v táborové oblasti přinesl rok 1968, kdy byl obnoven Skaut, založena Česká tábornická unie a vzniklo mnoho dalších dětských organizací. Avšak roku 1970 byly opět všechny organizace kromě pionýrské zrušeny. V 70. a 80. letech se na pionýrských táborech začalo více využívat etapových her. V tomto období byly častými organizátory táborů pionýrské skupiny, působící při základních školách: Československý svaz požární ochrany, Československý červený kříž, Svaz pro spolupráci s armádou. Programy stanových táborů byly intenzivně ovlivněny skautskými tábory. Roku 1977 byla založena Prázdninová škola Českého ústředního výboru Socialistického svazu mládeže, která měla výrazný vliv na program letních táborů. V rámci kurzů pořádaných Prázdninovou školou se učilo, jak zorganizovat kvalitně promyšlený program, kombinující aktivity fyzického rázu s činnostmi ovlivňujícími psychiku. Mnoho absolventů těchto kurzů působilo v rolích táborových vedoucích a získané dovednosti často využívali ve své praxi. Z této Prázdninové školy se později stala nezisková organizace Prázdninová škola Lipnice, o jejíž kurzy je i v současné době velký zájem. Skautská organizace se svého znovuobnovení dočkala v roce 1989 kdy byly založeny další významné organizace, věnující se volnočasové práci a táborové činnosti s dětmi, např. Asociace turistických oddílů mládeže, Duha nebo Mladí ochránci přírody. Od roku 1990 je oblast táborových činností zcela svobodná, existuje nepřeberné množství pořadatelů, od zapsaných spolků přes domy dětí a mládeže, církve až po soukromé společnosti (Kolektiv autorů 2022).

## **1.2 Legislativní vymezení**

Podle zákona o ochraně veřejného zdraví letní dětské tábory patří do kategorie zotavovacích akcí, čímž je myšlena organizovaná, minimálně pětidenní pobytová akce pro skupinu třiceti a více dětí ve věku do patnácti let. Cílem takového pobytu je posílení zdraví, zvýšení tělesné zdatnosti dětí, případně získání specifických znalostí či dovedností. Tento zákon rovněž vymezuje nároky na osoby, které působí jako výchovní pracovníci na letních táborech. Táboroví vedoucí musí být pro tuto funkci zdravotně způsobilí. O zdravotní způsobilosti rozhoduje praktický lékař, který vystaví zdravotní potvrzení, jehož platnost trvá dva roky. Zdravotní potvrzení pak všichni



pracovníci tábora odevzdávají organizátorovi akce. Tento požadavek se nevztahuje na profesionální pedagogické a zdravotnické pracovníky. Ti potvrzení dodávat nemusejí. Zákon také stanovuje kvalifikační požadavky na výkon funkce zdravotníka zotavovací akce (Zákon č. 258/2000 Sb., § 8, odst. 1).

Dětské tábory jsou nejčastěji pořádány zapsanými spolky, školskými zařízeními pro zájmové vzdělávání nebo komerčními subjekty, jako jsou například cestovní kanceláře nebo agentury. Činnosti, které lze vykonávat v rámci spolku, upravuje zákon č. 89/2012 Sb., občanský zákoník (Kolektiv autorů 2022). Podle tohoto zákona „*hlavní činností spolku může být jen uspokojování a ochrana těch zájmů, k jejichž naplňování je spolek založen. Podnikání nebo jiná výdělečná činnost hlavní činností spolku být nemůže.*“ (Zákon č. 89/2012 Sb., § 217, odst. 1). Činností školských zařízení pro zájmové vzdělávání se věnuje vyhláška č. 74/2005 Sb., o zájmovém vzdělávání. Podmínky pro fungování cestovních kanceláří a agentur jsou součástí zákona č. 159/1999 Sb., o některých podmínkách podnikání v oblasti cestovního ruchu. Tento zákon také vymezuje definici zájezdu a povinnosti související s pojištěním. Pořadatelé táborů konaných za účelem zisku musí splňovat požadavky zákona č. 455/1991 Sb., o živnostenském podnikání. Pokud organizátor s táborovými vedoucími uzavírá pracovní dohody, musí se řídit zákonem č. 262/2006 Sb., zákoníkem práce (Kolektiv autorů 2022).

Právní odpovědnost za chod tábora nese jeho pořadatel. Podmínky deliktů odpovědnosti za přestupky fyzických osob lze dohledat v zákoně č. 250/2016 Sb., o odpovědnosti za přestupky a řízení o nich. Podmínky odpovědnosti za trestné činy stanovuje zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník. Úsilí pořadatele zamezit deliktům fyzických osob se posuzuje podle zákona č. 418/2011 Sb., o trestní odpovědnosti právnických osob a řízení proti nim. Zákony sice nestanovují hlavního vedoucího jako odpovědnou osobu, nicméně organizátoři tyto vedoucí k této odpovědnosti zplnomocňují. V případě trestného činu během konání tábora je pak prošetřován hlavní vedoucí a ustanovený dozor (Kolektiv autorů 2022).

Samotnými podmínkami pro konání letních táborů se zabývá vyhláška č. 106/2001 Sb., o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti. Dokument stanovuje požadavky na prostorové podmínky, ubytování a úklid, zásobování vodou, odstraňování odpadů a nakládání s odpadními vodami, stravování nebo také režim dne (Burda, Šlosarová 2008).

### 1.3 Typy letních táborů

Dětské letní tábory lze kategorizovat na tři základní typy. Prvním typem je tábor **pobytový**, jenž je charakteristický tím, že se celý koná na stálém místě. Tento typ tábora lze rozdělit do dvou dalších kategorií. Na týmy, které každý rok využívají stejnou táborovou základnu, leckdy ve výlučném vlastnictví organizátora a naopak týmy, které každý rok využívají jiné místo pro tábořiště. Pobytové tábory mají výhodu ve stabilním zázemí po celou dobu konání, s čímž souvisí svoboda v množství materiálu potřebného k vytvoření efektní celotáborové hry. Také poskytuje větší množství času na přípravu her, jež by nebylo možné zrealizovat na ostatních typech tábora. Pokud se jedná o tábor, konaný každoročně na stejném místě, táborový kolektiv velice dobře zná okolí, má vyzkoušená a ověřená místa v blízkosti tábořiště, zároveň si je vědom i rizik spojených s jednotlivými oblastmi. U vedoucích i u dětí se často se vybuduje vztah k místu konkrétního tábořiště. Tábor na stálém místě však může být i nevýhodou, jelikož pobyt ve stále stejném prostředí již nemusí přinášet nové podněty a účastníka tábora může „unavit“. V takovém případě je důležité naplánovat nápaditý a dobře promyšlený program (Kolektiv autorů 2022).

Druhým typem letního tábora je jeho **putovní** varianta. Bývá využíván turistickými oddíly nebo skupinami, jejichž táborová činnost stojí na sportovních aktivitách – cyklistika, vodáctví či jezdeckví. Stejně jako předchozí tábor, lze i tento rozdělit do dvou skupin: klasický a hvězdicový. Pro první z nich jsou typické každodenní delší přesuny a přespávání vždy na jiném místě. Je potřeba si dopředu zjistit, kde je možné se s účastníky utábořit. Hvězdicový tábor je kompromisem mezi pobytovým a putovním táborem. Ubytování totiž často probíhá na jednom místě, ale účastníci každý den vyráží na celodenní program mimo místo ubytování a do základny se vrací pouze na přespání. Putovní tábory nejsou, na rozdíl od pobytových táborů, ve většině případů zařazovány do kategorie zotavovacích akcí. Z důvodu častých přesunů by totiž organizátoři nedokázali zajistit hygienické požadavky, jež požaduje vyhláška stanovující podmínky pro zotavovací akce. Na základě toho se putovní tábory organizují spíše v menších skupinách, aby nedošlo k překročení limitu počtu dětí (30+) a tábor tak nebyl zotavovací akcí. Výhodou putování je nocování kdekoliv, a že účastníci během konání tábora poznají mnoho zajímavých míst. Je však náročnější na organizaci z hlediska neustálého balení, vybalování a přesunu věcí. Také nepřízeň počasí má mnohem větší neblahý vliv na chod programu než u tábora pobytového (Kolektiv autorů 2022).

Třetí skupinou jsou tábory **příměstské**. Pro velkou část táborové komunity tento typ nepatří mezi tábory, jelikož se nejedná o táboření, tedy přespání mimo domov. Typickým znakem příměstského tábora je jeho krátkodobost, obvykle trvá 5 pracovních dnů. Účastníci docházejí za programem na dané místo a po skončení denního programu se vrací zpět do svých domovů. Výhodou tohoto typu je jeho vhodnost pro menší děti, pro které to může znamenat určitou přípravu na pobytový tábor. Další výhodou je nižší cena než u pobytů. Mezi nevýhody patří nemožnost vytvořit tu „pravou“ táborovou atmosféru. Rodiče často tyto typy táborů vnímají jako pouhé hlídání dětí, a některé z nich během letních prázdnin projdou velkým množstvím příměstských táborů. Je pak mnohem těžší svěřence zaujmout a motivovat k činnosti (Kolektiv autorů 2022).

Tábory lze typově rozdělit také podle počtu dětských účastníků. Existují tábory, na nichž je přítomno okolo deseti dětí, nejčastěji se jedná o tábory příměstské nebo putovní. Mezi výhody těchto malých táborů patří bližší vztahy mezi členy skupiny, snazší organizace a možnost individuální práce s dětmi. Nevýhodou tábora s menším počtem dětí může být jisté omezení v rámci kolektivních her a snížená možnost navazování nových vztahů s jednotlivými účastníky tábora. Kapacita průměrného pobytového tábora je přibližně něco málo nad třicet dětí. Jako tzv. „velké“ tábory jsou označovány ty pobytové akce, kde je 80 – 100 dětí. Pořádají se však i tábory, kde se počet dětí pohybuje mezi 100 až 300. Organizačně jsou tyto rozsáhlé tábory velmi náročné. Výhodou velkých táborů je vícero možností při rozdělování dětí do skupin a využití programu pro více oddílů. Mezi nevýhody se řadí nutnost vyššího počtu personálu zajišťujícího dohled, obtížnější navození atmosféry při motivačních scénkách v rámci CTH, náročnější příprava programu a v neposlední řadě i to, že se mnoho účastníků tábora mezi sebou příliš nepoznají (Kolektiv autorů 2022).

### **1.3.1 Formy ubytování**

Z hlediska způsobu ubytování se tábory dělí do čtyř kategorií: stanové základny, základny v pevných objektech, smíšené základny a specifické způsoby ubytování. Podstatou stanových základen je přespávání ve stanech. „*Můžeme mít stany malé, většinou pro dvě děti, nebo velkokapacitní stany pro čtyři a více dětí, například stan teepee nebo hangár.*“ (Kolektiv autorů 2022, s. 205). Stanové základny bývají stavěny na přechodné období – v táborové sezóně letních prázdnin. Organizace, které zvolí tento způsob ubytování, ve většině případů provozují celoroční volnočasovou činnost s dětmi a tábor pro ně bývá vyvrcholením celého roku. Stanové tábory probíhají buď

na pozemcích, které již poskytují jednoduché stavby pro táboření (kuchyň, suché toalety) nebo jsou budovány „z ničeho“ na zelené louce (Kolektiv autorů 2022). Doporučují se louky suché, s rovnou plochou nebo maximálně s mírným svahem orientovaným na jižní stranu. Místo by mělo být dostatečně prostorné, aby bylo možné vybudovat veškeré nezbytné stavby. Prostor tábořiště by neměl být příliš bahnitý nebo s velkým množstvím kamenů. Jako opatření před nápory větru se doporučuje, aby alespoň část tábora byla krytá lesem nebo svahem. Není však vhodné tábor stavět v hloubi lesa z důvodu rizika pádu stromů, pod skalami kvůli padajícímu kamení nebo na úpatí kopců, kvůli riziku záplavy při intenzivních dešťových srážkách. Nedoporučují se ani úzká údolí nebo vrcholy kopců. Obvykle jsou vyhledávána místa klidná, stranou od měst a vesnic, k tábořišti však musí vést schůdná cesta pro případ nehody, např. aby se dal zajistit odvoz sanitkou. Pokud je základna v blízkosti řeky nebo potoka, měla by být nejméně 3 metry nad hladinou (Kolektiv autorů 1978). Stanové základny je vhodné využít spíše k delšímu pobytu (dva a více týdnů), jelikož po skončení akce je nutné tábořiště zlikvidovat a vybavení odvézt na místo, sloužící jako skladovací prostor. Výhodami stanových táborů je klidné prostředí většinou vzdálenější od civilizace, možnost přizpůsobení si tábora dle vlastních požadavků. Případná absence elektřiny, vodovodu může působit jako překážka, avšak překonávání této překážky má mít pro dětské účastníky výchovný rozměr. Nevýhodou je závislost na počasí které, když je nepříznivé, negativně ovlivňuje chod tábora i herního programu. Jelikož si tyto základny často staví členové organizujícího spolku, je nutné, aby měli zajištěný dostatečný počet pomocníků na stavění (Kolektiv autorů 2022). Stany jsou v České republice nejvyužívanější táborovou formou ubytování (Andresová 2024).

Základny v pevných objektech jsou tvořeny zděnými budovami nebo dřevěnými stavbami s pevnými základy. Ubytování je poskytováno v chatkách nebo budovách. Tyto základny jsou označovány jako stálé a jsou využívány organizacemi jež upřednostňují větší komfort, nebo pracují s malými a nezkušenými táborníky, které poznají až na samotné akci. Výhodou je značné pohodlí a lepší podmínky pro dodržení veškerých hygienických norem. Často jsou budovy velmi dobře vybavené, poskytují elektřinu, splachovací toalety i tekoucí teplou vodu. V tomto případě není překážkou nepřízeň počasí, neboť se dá v budovách zvládnout bez větších problémů. Do plusových faktorů se řadí také to, že některé pevné základny mají vlastní personál, takže organizujícímu spolku odpadá starost o vaření a zásobování. Nevýhody jsou spatřovány

především v menším přehledu vedoucích o pohybu a aktivitách dětí, vzhledem k uzavřeným chatkám a pokojům. Další nevýhodou může být omezenější míra motivace dětí, jelikož přístup k elektřině a internetu je často svádí k trávení času s mobilními telefony a také menší množství příležitostí, které by rozvíjely určité dovednosti, vedly by k překonávání překážek apod. (Kolektiv autorů 2022).

## 2 Vedoucí letních táborů

Z pohledu práva na táborové vedoucí nejsou kladeny téměř žádné požadavky. Pro zvládnutí této náročné role je záhodno ovládat určité dovednosti. Vedoucí se musí popasovat s „rolí organizátora, pedagoga, rozhodčího, herce nebo i účastníka. Instruktor navíc musí mezi těmito rolemi plynule přecházet a měl by je hrát přirozeně, bez přehrávání“ (Pelánek 2008, s. 39 – 40). Jedinci, kteří se letních táborů zúčastňují jako vedoucí, jsou specifickou skupinou obyvatel. Výzkum Kateřiny Necpalové z roku 2023 uvádí, že táboroví vedoucí se od běžné populace liší vyšší mírou extravertze, jsou také svědomitější, přívětivější a otevřenější vůči získávání nových zkušeností. Lépe dokáží spolupracovat v rámci skupiny, mají větší předpoklady pro efektivní a organizovanou práci. Jedná se také o osoby vyznačující se empatií, vřelostí a laskavostí (Necpalová 2023). Většinu těchto zjištění potvrzuje také *Velká kniha o táborech*, která jako dobrého vedoucího definuje jedince, který disponuje empatií, kreativitou, schopností práce se skupinou, znalostí základů první pomoci a krizové intervence, schopností reflexe a sebereflexe, znalostí her, dovedností přizpůsobovat program, schopnost motivovat děti i sám sebe, dovedností účinně komunikovat a schopností práce v týmu (Kolektiv autorů 2022). Všechny tyto schopnosti a dovednosti, které vedoucí získá v průběhu táborové praxe, může později uplatnit jak v osobním, tak i profesním životě (Hlaváčová 2023).

Role táborového vedoucího jde velmi často ruku v ruce s dobrovolnickou činností (Necpalová 2023). ČRD M roku 2024 publikovala výzkum uskutečněný mezi tisícovkou mladých lidí ve věku 15 – 29 let. Z výsledků šetření vyplynulo, že dvě třetiny respondentů z tohoto vzorku mají zkušenost s dobrovolnickou činností. Dobrovolníky bývají častěji ženy, nejvíce se dobrovolničení věnuje skupina ve věku 24 – 29 let, nejčastěji v oblasti péče o děti a mládež, což zahrnuje i letní dětské tábory (Andresová 2024). Mnoho lidí, kteří působí v pozici táborového vedoucího, tuto práci dělá zcela zdarma, a to i přesto, že se jedná o práci velmi náročnou a zodpovědnou. Motivací často bývá jakýsi únik z reality uspěchaného světa, pobyt na táboře dodává pocit plnosti a hlubšího smyslu. Bývá zde přátelská atmosféra a mnoho vedoucích se díky této práci navrací zpět do svých dětských, bezstarostných let (Zapletal 1969). Často se však stává, že vedoucí po několika letech táborové činnosti pociťují vyhoření nebo potřebu založit rodinu. V takových případech za sebe hledají zástupce. Ideální je, aby nástupce stejným táborem či oddílem prošel již v roli dítěte. Běžně se v praxi stává, že se mezi

dospívajícími dětmi vykrystalizují nadšení jedinci, kteří touží pokračovat v táborové tradici v pozici praktikanta a později vedoucího (Hlaváčová 2023). Převážná část táborových vedoucích má zkušenost z letních táborů právě již ze svých dětských let a mají pocit, že je potřeba budoucím generacím předat to, co bylo předáváno jim v jejich dětských letech. Navíc se v kolektivech táborových vedoucích často utvářejí silná přátelství nebo i partnerství (Hájek, Harmach 2004).

Realizační tým je nepostradatelná součást, bez které by nebylo možné uskutečnit dobrý tábor. Aby tým dobře fungoval, je nezbytná tolerance jednotlivých členů vůči sobě, vzájemná upřímnost, otevřenost a respektování zásad slušného chování. Úspěšný tým bývá charakteristický tím, že se jeho soustředěnost upírá především na dosažení cíle, nikoliv na vztahy mezi jednotlivými členy. Pro snížení rizika utváření podskupin a vzájemné rivality mezi nimi je doporučováno, aby realizační tým byl sedmi až dvanácti členný. Ve skupině je pak žádoucí, aby každý člen měl dostatečný prostor pro svou vlastní aktivní činnost (Hanuš 2009).

## 2.1 Role v táborovém týmu

Táborový personál lze z funkčního hlediska rozdělit do dvou celků – výchovní pracovníci a provozní pracovníci. Mezi výchovné pracovníky se řadí hlavní vedoucí a jeho zástupce, programový vedoucí, oddílový vedoucí, praktikant a zdravotník. Součástí provozního týmu je hospodář, zásobovač, kuchař a jeho pomocník, údržbář, úklidový pomocník a noční dozor. Tyto funkce však nepotkáme na každém táboře, nejběžněji se lze setkat s týmem ve složení: **hlavní vedoucí, programový vedoucí, oddílový vedoucí, praktikanti, zdravotník, hospodář, zásobovač a kuchař**. V rámci menších táborů někdy dochází ke kumulaci funkcí. V tomto případě je namístě důkladně promyslet, které funkce lze zkombinovat, aby je vybraný jedinec zvládl. Ačkoliv se to nedoporučuje, hlavní vedoucí může být zároveň táborovým hospodářem, avšak rozhodně nemůže vykonávat funkci zdravotníka. Zdravotník může být zároveň hospodářem nebo oddílovým vedoucím. Nejčastější kombinací bývá hospodář a zásobovač (Kolektiv autorů 2022).

### 2.1.1 Hlavní vedoucí

Hlavní vedoucí zodpovídá za chod celého tábora, za svěřené účastníky a jejich spokojenost. Minimální věkový limit k výkonu této funkce je 18 let, všeobecně se ale doporučuje věk alespoň 21 let. Samozřejmostí je zkušenost s prací s dětmi a mládeží, ať už v roli praktikanta/oddílového vedoucího, nebo vedoucího zájmového

útvary (Burda, Šlosarová 2008). V případě táborů, které čerpají dotace od Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy je nutným požadavkem na hlavního vedoucího „osvědčení o absolvování kurzu pro HVT pořádaného organizací s platnou certifikací od MŠMT nebo musí být držitelem profesní kvalifikace Hlavní vedoucí zotavovacích akcí dětí a mládeže, kdy znalosti a dovednosti ověřuje na základě zkoušky autorizovaná osoba.“ (Kolektiv autorů 2022, s. 49). Povinností hlavního vedoucího je seznámit se s příslušnými právními předpisy a především dohlížet na to, aby byly během tábora dodržovány. Mimo to do jeho pracovní náplně patří komunikace s rodiči i členy realizačního týmu, personální zajištění akce, proškolení personálu z hlediska bezpečnosti práce, delegování činnosti jednotlivým členům týmu. Hlavní vedoucí má za úkol schraňovat veškerou potřebnou dokumentaci, musí mít přehled o pohybu dětí i vedoucích mimo tábor (Burda, Šlosarová 2008). Rovněž řeší případné krizové situace v průběhu tábora, dohlíží na bezproblémový průběh akce a podílí se na programu. Hlavní vedoucí by měl být člověkem sebejistým, asertivním, empatickým, organizačně zdatným, důsledným, objektivním, který je vzorem ostatním. Měl by mít správně nastavené priority a schopnost uvažovat o věcnosti a důležitosti událostí, případně umět rozhodnout v daném momentě, zda by situaci neměl řešit jiný člen týmu – zdravotník, oddílový vedoucí, atd. (Kolektiv autorů 2022).

### **2.1.2 Oddílový vedoucí**

K výkonu funkce oddílového vedoucího je požadována plnoletost, tedy minimální věk 18 let, dále zdravotní způsobilost pro práci s dětmi, toto potvrzení vystavuje praktický lékař. V táborové hierarchii se podřizuje hlavnímu vedoucímu. Náplní funkce oddílového vedoucího je především péče o svěřenou skupinu dětí, za kterou nese zodpovědnost. Pro tyto děti organizuje program, kterého se také aktivně účastní. Svěřené skupině je vzorem a důvěrnou osobou. Bez souhlasu hlavního vedoucího, nesmí svěřovat svou skupinu jinému oddílovému vedoucímu či praktikantovi. Musí mít vždy funkční mobilní telefon a být k zastížení v případě, že se oddíl nenachází v areálu tábořiště (Burda, Šlosarová 2008). Povinností oddílového vedoucího je před začátkem tábora se seznámit se zdravotní dokumentací svých svěřenců. V průběhu akce komunikovat s dětmi, řešit problémy v rámci svého oddílu, organizovat a koordinovat veškerou činnost své skupinky, zdravotníkovi hlásit zranění či nemoci dětí a dohlížet na dodržování zásad bezpečnosti a hygieny. V případě situací, které přesahují jeho kompetence, je jeho povinností obrátit se na hlavního vedoucího. Doporučuje se, aby



oddílový vedoucí disponoval základními znalostmi z oblasti pedagogiky, psychologie, bezpečnosti práce s dětmi, ochrany životního prostředí a první pomoci. Dalším nutným, velmi podstatným předpokladem pro kvalitní výkon této funkce je radost z práce s dětmi, schopnost je motivovat a být pro ně přirozenou autoritou (Kolektiv autorů 2022).

### 2.1.3 Praktikant/instruktor

Praktikantem se může stát nezletilá osoba mezi 15 a nedovršenými 18 lety. Její náplní je vypomáhat oddílovému vedoucímu s fungováním oddílu. Vykonávat činnost jako oddílový vedoucí nemůže, protože ještě není plně právně odpovědný. Oddílovému vedoucímu je podřízen, plní svěřené úkoly, čímž získává cenné zkušenosti a schopnosti, které může zúžit při případné budoucí práci vedoucího oddílu. Pro děti je spíše starším kamarádem. Praktikanti musí být seznámeni se základními pravidly týkajícími se činnosti s dětmi a aktivně se podílet na přípravě táborového programu. Nutností je loajalita s realizačním týmem, není tedy vhodné před dětmi pomlouvat vedoucovský tým, případně vyzrazovat program a jeho detaily. Instruktoři nesmí dohlížet na děti bez přítomnosti oddílového vedoucího, a tábor mohou opustit jen se souhlasem hlavního a svého oddílového vedoucího (Kolektiv autorů 2022).

### 2.1.4 Programový vedoucí

Pokud má táborový tým svého programového vedoucího, jeho úkolem je ještě před konáním akce stanovit hlavní a dílčí cíle celotáborové hry, zvolit téma a motivaci ke hře. Při výběru tématu CTH by programový vedoucí měl vzít v potaz zájmy dětí účastnících se tábora, míru atraktivity tématu a jeho uskutečnitelnost v podmínkách tábořiště a přilehlého okolí. Po volbě tématu nastupuje studium dostupných podkladů – knihy, články, filmy, hudba. Následuje výběr klíčových prvků pro hru (hlavní postavy, kostýmy, události, ...), hlavní myšlenky a dějové linky. Mezi úkoly programového vedoucího patří i vymyšlení systému hodnocení CTH, zda se budou hodnotit celé týmy účastníků nebo pouze jednotlivci, a bodovou škálu za jednotlivé úkoly. *„Hodnocení by mělo být jednoduché, srozumitelné a promyšlené tak, abychom mohli co nejdříve vyhlásit výsledky dané aktivity. Složitě hodnocení, kterému účastníci úplně nerozumějí, nebo které musíme pracně počítat, nestíháme a zveřejňujeme pozdě, působí demotivačně“* (Kolektiv autorů 2022, s. 363). Programový vedoucí deleguje práci, související s celotáborovou hrou jako např. výroba kostýmů, rekvizit, nácvik motivačních scének, mezi ostatní vedoucí. Během tábora

vysvětluje pravidla her jak dětem, tak i vedoucím. Dohlíží na spravedlivé hodnocení jednotlivých herních činností. Komunikuje s kuchaři, zdravotníky a hlavním vedoucím ohledně případných změn v programu. V závěru každého dne všem vedoucím a praktikantům představí plán na příští den. Na konci tábora ideálně provádí průzkum mezi dětmi, jaké téma by uvítaly v rámci příští CTH (Kolektiv autorů 2022).

#### **2.1.5 Zdravotník**

Na táborové zdravotníky zákon stanovuje dva požadavky – zdravotní způsobilost a příslušnou kvalifikaci. Mezi osoby dostatečně kvalifikované pro tuto pozici patří profesionální lékaři, všeobecné sestry, zubní lékaři, porodní asistentky, zdravotničtí záchranáři a zdravotničtí asistenti. Dále také studenti všeobecného nebo zubního lékařství, kteří úspěšně absolvovali 3. ročník studia. Kvalifikaci lze získat rovněž absolvováním kurzu první pomoci pro zdravotníky zotavovacích akcí, a to v rozsahu 40 hodin. Osvědčení o způsobilosti (eventuelně jeho kopii) musí mít zdravotník na táboře po ruce, pro případ kontroly ze spádové hygienické stanice (Kolek 2022). Táborový zdravotník musí být starší 18 let a jeho povinností je být neustále k dispozici. Mezi jeho úkoly patří zdravotní proškolení personálu a poučení dětí, ošetřování nemocných, podávání medikace a poskytování první pomoci. Dodržuje zdravotní a hygienické předpisy, požadavky na stravování, ubytování a ošetřovnu s izolací, a zároveň dohlíží na dodržování těchto předpisů ostatními účastníky tábora. Zodpovídá za vybavení lékárníček, dohlíží na osobní hygienu dětí. Zdravotník eviduje veškerou zdravotní dokumentaci dětí a zajišťuje zdravotnický dohled při hrách (Kolektiv autorů 2022).

#### **2.1.6 Hospodář**

Hospodář je ve své funkci podřízen hlavnímu vedoucímu tábora. Nese veškerou zodpovědnost za hospodaření a manipulaci s finančními prostředky a táborovým materiálem. Požadavkem na výkon této funkce je věk minimálně 18 let, velikou výhodou pak je znalost jednoduchého účetnictví a vlastnictví platného řidičského oprávnění. Od hospodáře se očekává také organizační zdatnost (Kolektiv autorů 2022).

#### **2.1.7 Kuchař**

Předpokladem pro výkon této funkce je plnoletost, odborná znalost v oblasti přípravy jídla ve společném stravování a fyzická zdatnost. Předpokládaný výsledek jeho práce (dobré jídlo) by měl být motivační silou pro všechny účastníky tábora k aktivnímu

zapojení se do všech táborových činností. Úkolem kuchaře je, vyjma přípravy jídla, sestavování jídelního lístku a udržování čistoty v prostorách kuchyně. Stará se o kuchyňské vybavení a komunikuje s ostatními členy vedoucovského kolektivu ohledně souladu s programem (Kolektiv autorů 2022). Je zodpovědný za nezávadný stav skladovaných potravin, hospodárné využívání surovin a kontrolu zákazu vstupu neoprávněných osob do prostoru kuchyně. V prostorách využívaných k vaření kuchař nesmí kouřit a striktně musí dodržovat zásady hygieny a bezpečnosti práce (Burda, Šlosarová 2008). Dříve patřila mezi požadavky na kuchaře povinnost vlastnit potravinářský průkaz, vystavený lékařem. Od počátku července roku 2023 je v účinnosti novela Zákona o ochraně veřejného zdraví, kterou byla tato povinnost zrušena. Nicméně kuchaři musejí být schopní prokázat znalosti týkající se hygienických požadavků na stravovací služby (Krajčí 2023).

### 3 Zátěž a stres

Obsahem třetí kapitoly je téma dotýkající se psychické zátěže a stresu. V úvodu dojde k vysvětlení těchto dvou, a dalších základních pojmů, poté bude následovat výčet nejčastějších zátěžových faktorů u českých pedagogických pracovníků a strategií zvládnání zátěže, které využívají. Kapitulu zakončí poznatky z oblasti nejčastějších stresorů u táborových vedoucích. Tyto poznatky pochází z mého předchozího výzkumu v rámci zpracovávané bakalářské práce s názvem *Zdroje psychické zátěže u pedagogických pracovníků při volnočasových pobytových akcích*.

#### 3.1 Psychická zátěž a stres

Pojem **zátěž** je v psychologii definován jako důsledek vlivu vnějších a vnitřních faktorů, jež významně působí na organismus jedince při vykonávání obtížné činnosti. Mezi vnitřní faktory se zařazuje „*tělesná zdatnost, celková osobnostní struktura, zdravotní stav, věk, zkušenost, příprava, motivace, aktuální situace*“ (Jedlička 2015, s. 189). Do vnějších faktorů patří prostředí, které je člověku neznámé, nečekaný či nezvyklý úkol, přítomnost další osoby a míra pomoci nebo podpory od ostatních lidí. Důležitým faktem je, že ne každá zátěž, již člověk aktuálně prožívá, spouští stresovou reakci (Jedlička 2015). Riziko představuje dlouhodobé působení menších zátěžových faktorů nebo vyčerpání jedince. Záleží na charakteru prožívané náročné situace a také na míře vulnerability a rezistence dotyčné osoby (Ocisková, Praško 2015). **Vulnerabilita** je synonymem pro psychickou zranitelnost (Jedlička 2015). Nadměrná míra vulnerability vzniká ranou ztrátou či odloučením od pečující osoby, případně odmítáním nebo naopak přehnaným ochranným chováním ze strany pečující osoby. Na vulnerabilitu má výrazný vliv také zneužívání v dětském věku (fyzické, psychické, sexuální) nebo přítomnost duševní choroby (Kriegelová 2008). **Rezistence** je protipólem vulnerability. Tímto termínem se označuje psychická odolnost (Jedlička 2015).

Pokud jedinec vystavený zátěži musí mobilizovat veškeré své síly, dostává se do stresu (Pugnerová 2019). **Stres** je velice silnou psychickou zátěží, která ohrožuje stabilitu člověka a automaticky spouští jeho obranné mechanismy. Podněty, jež u člověka stres způsobí, se nazývají stresory. Jsou velmi silné a jejich zdrojem je vnější okolí jedince (Jedlička 2015). Stresová reakce je typická třemi fázemi. První fází je poplachová reakce, která vzniká za působení složitých biochemických procesů, kdy se adrenalin, glukóza a další látky dostávají do krve člověka. Druhou fází

je tzv. stadium rezistence, kdy se organismus člověka adaptuje na stres, jemuž je jedinec trvaleji vystaven. Třetí fáze nastává v případě, kdy je jedinec vystaven silnému působení stresoru příliš dlouhou dobu. Tato fáze se nazývá stadiem vyčerpání a může vést až k závažnému onemocnění či úmrtí. Takto extrémní důsledky však způsobuje jen velmi malé množství stresorů (Míček, Zeman 1997). Pokud je člověk vystaven trvalému a silnému stresu v pracovním prostředí, může ho postihnout **syndrom vyhoření** (burnout syndrom). Tento syndrom se projevuje na úrovni psychické, fyzické a na úrovni sociálních vztahů. Na psychické úrovni se jedná o projevy, jako je např. emoční vyčerpání, pocit beznaděje nebo negativismus. Na úrovni fyzické jde o rychlou únavu, spánkovou poruchu a bolesti hlavy nebo svalů. V úrovni sociálních vztahů dochází k poklesu empatie, narůstajícím konfliktům, případně apatii vůči ostatním lidem. Syndrom vyhoření nejčastěji postihuje pomáhající profese (Bartoňová, Smetáčková 2020).

Prvním výzkumníkem v oblasti stresu bývá označován **Walter B. Cannon**, který popsal automatickou akutní reakci těla na stres – flight or fight reaction neboli útek či útok (Kožinová 2022). Tento americký fyziolog své pokusy v oblasti stresu aplikoval na zvířatech (Křivohlavý 2009). Za autora moderní koncepce stresu je považován **Hans Selye**. Nejprve stres definoval jako zatěžující faktory z vnějšího okolí, později stres vnímal jako porušenou homeostázu organismu (Míček, Zeman 1997). Homeostázou se rozumí „*udržování stálosti vnitřního prostředí organismu, které je pro naše přežití nezbytné.*“ (Kožinová 2022, s. 14). Selye také jako první přišel s pojmy eustres a distres (Brabcová, Kohout 2018). Termín eustres se pojí se silnou zátěžovou situací, která je doprovázena pozitivním prožíváním. Tento druh stresu se často objevuje např. při svatbách. Oproti tomu distres je prožíván negativním způsobem, jedná se o situace, kdy je člověk ohrožen na zdraví či životě (Míček, Zeman 1997).

Příznaky stresu lze rozdělit do tří kategorií: fyziologické, emoční a behaviorální. Mezi krátkodobé fyziologické příznaky se řadí například „*bušení srdce, sucho (vyprahlost) v hrdle, svírání rukou, hrbení ramen, napětí v šíji, pocení dlaní, střevní potíže (neodbytné nucení na stolici), nutkání k vymočení, pocit vysušenosti*“ (Míček, Zeman 1997, s. 16). Za dlouhodobé znaky fyziologického rázu jsou považovány bolesti hlavy, žaludku nebo zad, ztuhlost v ramenou a šíji, zvýšený krevní tlak a pocit únavy či vyčerpání. Jako akutní příznaky emočního stresu jsou uváděny: rozrušenost, nesoustředěnost, nervozita, pochybnosti nebo negativní myšlenky. Mezi chronické příznaky se řadí předrážděnost a poruchy koncentrace. Dále pocity

méněcennosti, frustrace, bezmoci a osamocení. Mohou se objevit také depresivní projevy a nepřizpůsobivost. V emoční oblasti se vliv stresu projevuje nejčastěji. V chování (behaviorální oblast) se stres projevuje plačtivostí, zapomínáním, zvyšováním hlasu a obviňováním druhých, záchvaty vzteku, neklidem, netrpělivostí a nutkavými potřebami – zvýšená konzumace jídla nebo nadměrné kouření (Míček, Zeman 1997).

### 3.2 Nejčastější stresory u pedagogických pracovníků

Oblast psychické zátěže u pedagogů v Česku je nejčastěji zaznamenána v učitelské profesi. Učitelskou psychickou zátěž lze rozdělit do následujících oblastí: senzorická, mentální, emoční. Zatímco mentální zátěž učitelé příliš často neprožívají, ostatní dvě kategorie na ně mají poměrně významný vliv. Mentální zátěž není učiteli tolik prožívána z toho důvodu, že „*provádějí intelektuální úkony týkající se výuky jako rutinu*“ (Řehulka, Řehulková 1998 in Krninský 2012, s. 87). Senzorická zátěž je velmi silná, zrak a sluch jsou značně přetěžovány. Emoční zátěž se v učitelské profesi objevuje nejvýrazněji. Příčinou jsou silné emoce pramenící z učitelova intenzivního zapojení do sociálních vztahů vzniklých při výkonu jeho povolání. Negativní emoce, nejvýznamnější zdroj učitelského stresu, nejčastěji vyvolávají konfliktní vztahy mezi žáky a učiteli, narůstající míra zodpovědnosti za chování žáků, nespokojenost ve vztahu s vedením školy nebo i ostatními vyučujícími (Krninský 2012). Zdrojem psychické zátěže učitelů často bývá pocit nedocení jejich práce. Pro zajímavost, před 100 lety bylo učitelské povolání vnímáno stejně prestižně, jako práce lékaře (Kaplánek 2019).

Pedagogové v oblasti zájmového vzdělávání a volného času se s nedostatečným oceněním své práce potýkají výrazně častěji než učitelé. Představa veřejnosti je vesměs taková, že úkolem těchto pedagogů je děti pouze „hlídat“ nebo si s nimi „hrát“. Práce pedagogů volného času a vychovatelů bývá oproti učitelům hůře finančně ohodnocena. V neposlední řadě je namístě zmínit fakt, že narůstají počty dětí s diagnostikovanými výchovnými problémy (Bendl 2015).

Během zážitkových akcí, do kterých lze řadit také dětské letní tábory, jsou nejčastějším zdrojem zátěže neshody mezi vedoucími a instruktory, které pramení ze špatné, případně nedostatečné komunikace uvnitř týmu (Pelánek 2008). Nejsilnějším zdrojem zátěže jsou pro táborové vedoucí negativní vztahy v realizačním týmu a nedostatek odpočinku během trvání akce. Dalším významným stresorem jsou

organizační problémy a péče o děti s výchovnými problémy (Schäferová 2022). Psychická pohoda táborových vedoucích je velmi důležitá. V případě, že vedoucí pociťují stres, mívá to značně negativní dopady na pohodu a rozvoj svěřených dětí (Lubeznik-Warner, R. 2023).

### **3.3 Strategie zvládnání zátěže**

Každý jedinec má své vlastní strategie, jimiž se snaží zládnout prožívanou zátěž. Jednou z možností, jak se vyrovnat se zátěží, jsou obranné mechanismy. Ty jsou mnohdy nevědomé a u jedince se objeví ve chvílích rizika narušení vlastní psychické rovnováhy. Odborníci však varují, že se jedná o sebeklamné mechanismy. Mezi tyto obranné strategie řadíme například popření nepříjemné zkušenosti, racionalizaci neboli logické vysvětlení nemilé situace, projekci neboli přisuzování vlastních negativních vlastností ostatním lidem. Dalším mechanismem je přemístění, kdy člověk například negativní pocity z konfliktu na pracovišti přenesse na své rodinné příslušníky. K těmto mechanismům patří také regrese – chování nepřiměřené věku jedince, fixace – trvání na chování, které je prokazatelně nevhodné, agrese – potřeba dosáhnout svého i za cenu použití násilí, fobie – forma úniku od stresující situace. Poměrně specifickou obranou je intelektualizace, člověk využívá neosobní odborná slova, aby si udržel odstup od zatěžující situace (Kožinová 2022).

V případě, že člověk aktivně využívá ke zvládnání stresu vědomé způsoby, hovoří se o tzv. copingu nebo copingových strategiích. Richard Lazarus definoval dva základní typy těchto strategií podle jejich působení. První je coping zaměřený na problém, který se vyznačuje úsilím ke změně situace k lepšímu, pomocí změn okolností či projevů vlastního chování. Druhým typem je coping zaměřený na emoce, kdy se člověk snaží kontrolovat své emoce tak, aby nedošlo k narušení jeho integrity nebo vztahů s lidmi v jeho blízkém okolí (Paulík 2017). Dále lze copingové strategie dělit na pozitivní, neutrální a negativní. Do pozitivních strategií patří například odklon od zatěžující situace, kontrola situace i vlastních reakcí, pozitivní sebeinstruování, hledání náhradního způsobu uspokojení nebo odmítání viny. Jako negativní jsou považovány únikové strategie, rezignace, obviňování sám sebe nebo neschopnost jedince, myšlenkově se odpoutat od problému. Neutrální strategií je potřeba sociální opory (Smetáčková a kol. 2020).

Mezi učiteli v Česku je nejčastěji volena pozitivní strategie odpoutání se od problému příjemnou činností. Za takovou činnost jsou považovány práce

na zahradě, sportování, spánek, poslech hudby, četba, pobyt v přírodě nebo společné aktivity s rodinou. Často je také využívána neutrální strategie sociální opory (Smetáčková, Martanová 2020). Výchovní pracovníci působící na pobytových akcích pro děti a mládež (letní tábory, školy v přírodě) nejčastěji sahají po strategii odpoutání se od problému příjemnou aktivitou (sport, poslech hudby apod.) (Schäferová 2022).



## 4 Metodologie výzkumu

Úkolem metodologické části je seznámit s jednotlivými fázemi pedagogického výzkumu, jenž byl realizován pro účely této diplomové práce. Z hlediska odborné terminologie se jednalo o smíšený výzkum, tedy „*přístup, v němž se míchají kvantitativní a kvalitativní metody, techniky nebo paradigmatata v rámci jedné studie, výzkumu.*“ (Skutil a kol. 2011, s. 75). První část výzkumného šetření byla kvantitativní, formou dotazníku vlastní konstrukce, výzkumným nástrojem kvalitativní části bylo polostrukturované interview.

Obě výše zmíněné metody dotazování jsou v pedagogickém výzkumu označovány jako explorativní metody. Jedná se o nejdostupnější a ve společenských vědách nejvyužívanější výzkumné metody. Jejich typickým znakem je získávání informací „*z vyjádření samotné sledované osoby, které při použití tohoto přístupu také říkáme respondent.*“ (Pelikán 2011, s. 103).

Opomenuty nebyly etické aspekty výzkumu. Dotazník byl respondenty z řad vedoucích vyplňován anonymně. Před realizací rozhovorů byli dotazovaní proškoleni o tom, že interview bude možné kdykoliv ukončit v případě, že by jim dotazování nebylo příjemné. Každý oslovený vedoucí byl také požádán o výslovný souhlas s nahráváním rozhovoru na záznamník v mobilním telefonu.

### 4.1 Cíle výzkumu

Cílem této diplomové práce bylo zjistit zdroj psychické zátěže a její prožívání jedinci s rozličnými rolemi v realizačním týmu letního dětského tábora. Dalším vytyčeným cílem bylo poukázat na to, zda má na prožívání psychické zátěže vliv typ letního tábora (ubytování, kapacita).

Pro účely dotazníkového šetření byly navrženy následující předpoklady:

- Předpoklad č. 1: Hlavní vedoucí celkově zažívají vyšší míru zátěže než ostatní pracovníci tábora, s ohledem na jejich zodpovědnost.
- Předpoklad č. 2: Výrazně zátěžovým faktorem pro oddílové vedoucí a praktikanty jsou děti s výchovnými problémy, jelikož některé tyto děti vyžadují individuální přístup a vedoucí musí pozornost dělit mezi všechny svěřené děti.
- Předpoklad č. 3: Hlavní vedoucí obvykle mají zkušenost s jinými rolemi v realizačním týmu tábora, jelikož k vyšší funkci na táboře je potřeba se „propracovat“ časem.

- Předpoklad č. 4: Táboroví vedoucí, kteří zažívají méně komfortu v oblasti ubytování (stany s podsadou, teepee), během konání tábora pociťují vyšší míru psychické zátěže.
- Předpoklad č. 5: Vedoucí na táborech s menší kapacitou (do 55 dětí) pociťují nižší míru psychické zátěže, jelikož menší skupina dětí se snadněji koordinuje při společných činnostech.
- Předpoklad č. 6: Hlavní a programoví vedoucí častěji vykazují příznaky syndromu vyhoření, protože jejich táborová práce je celoroční činností.

## 4.2 Výzkumný soubor

Pro kvantitativní část výzkumu byla výběrovým vzorkem skupina 201 osob, mužského i ženského pohlaví, kteří působí v realizačních týmech dětských táborů jako výchovní pracovníci, nebo kteří zajišťují tábor po technické a hospodářské stránce. Věk respondentů se pohyboval v rozmezí 15 – 40 let. Do kvantitativní části výzkumu se zapojili jedinci z téměř 70 spolků a organizací zabývajících se táborovou činností pro děti a mládež. Jmenovitý seznam těchto organizací je uveden v příloze 1 této práce.

Kvalitativní část absolvovalo 9 táborových vedoucích ze dvou zapsaných spolků, jejichž hlavní činností je právě organizace letního dětského tábora. Z prvního spolku to byli tři muži a dvě ženy, z druhého spolku tři muži a jedna žena. Věk dotazovaných byl mezi 17 až 36 lety. Na rozhovory navazovalo vyplňování koláčů radosti, jejichž kopie tvoří přílohu 4 této práce.

## 4.3 Výzkumné metody

Výzkumnou metodou kvantitativní části výzkumu byl elektronický dotazník vlastní konstrukce, sestavený čistě pro účely výzkumu k této diplomové práci. Obsahoval 23 položek, dotazujících se např. na věk, pohlaví, zaměstnání, délku tábornické praxe respondentů, ale také na jejich roli v realizačním týmu, formu ubytování na jejich táboře, počty dětských účastníků. Nechyběly ani položky zabývající se problematikou psychické zátěže respondentů a konkrétních faktorů, jež tuto zátěž způsobují. Položky byly z většiny uzavřené a umožňovaly pouze jednu odpověď s tím, že u některých bylo povoleno uvést vlastní způsob odpovědi, pokud respondentovi nevyhovoval nabízený výběr (Příloha 3: Vzhled dotazníku na webových stránkách).

Výzkumnou metodou kvalitativní části bylo polostrukturované interview. V rámci rozhovoru bylo respondentům položeno 5 otázek, které měly za úkol zjistit věk a délku

táborové praxe, roli v realizačním týmu a úkony jež se k této roli váží, formu ubytování a fungování tábora, vnímané zdroje psychické zátěže. Rozhovor uzavírala otázka na motivaci jednotlivých vedoucích (Příloha 2: Pracovní verze výzkumných nástrojů). Rozhovory byly nahrávány na záznamník v mobilním telefon, přičemž před každým rozhovorem byli respondenti požádáni o souhlas s nahráváním.

Realizované interview bylo doplněno výzkumnou metodou, jež se nazývá koláč radosti. Jedná se o diagnostický nástroj, pomocí něhož jsou zjišťovány motivační síly člověka. Jeho vyplnění je nenáročné a lze jej využít jak u dětí, tak i u dospělých. Vizuálně tento nástroj vypadá tak, že uprostřed bílého papíru se nachází černý obrys kruhu. Úkolem respondenta je rozdělit tento kruh na libovolný počet dílů a do každého dílku pak napsat konkrétní věci, které mu v životě dělají radost. Nemusí se jednat o klasické „koláčové“ rozdělení, fantazii se meze nekladou. Poté jsou z těchto údajů vyhodnocovány potřeby jedince, jeho motivační síly. Aby byl tento nástroj uzpůsoben výzkumnému tématu, bylo úkolem vedoucích do jednotlivých dílků koláče napsat, co jim způsobuje radost přímo během konání tábora. Koláče radosti byly poté vyhodnoceny podle následujícího osmibodového schématu motivačních potřeb člověka:

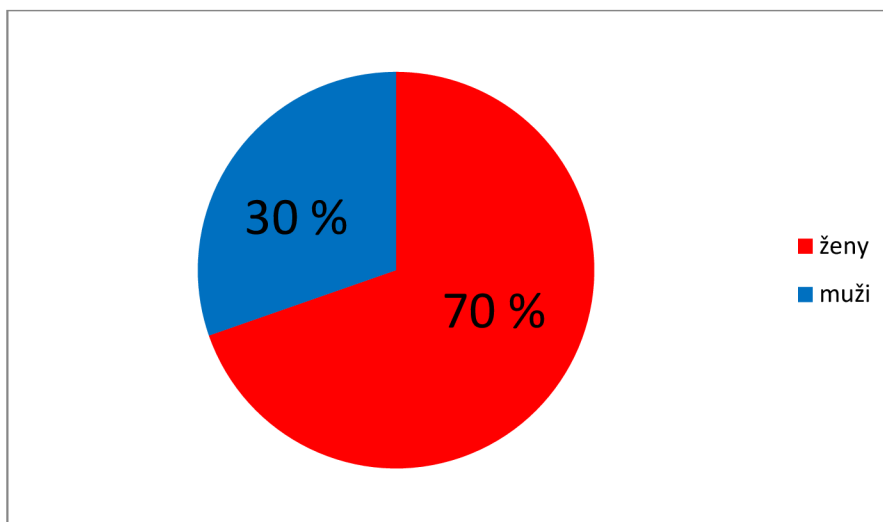
- 1) Elementární životní potřeby (spánek, jídlo, fyziologické potřeby, materiální zabezpečení)
- 2) Potřeba bezpečí a jistoty (péče o zdraví, vyhýbání se nebezpečným a nepříjemným situacím ve vztahu k sobě i sociálnímu okolí)
- 3) Potřeba podnětů a činností (odpočinek, záliby, pohyb, změna, rozptýlení)
- 4) Potřeby sociálních interakcí, osobních vztahů, porozumění (přijetí skupinou, pozitivní citové vztahy, přátelství, láska, pomoc druhým)
- 5) Motivační síly týkající se dětí a jejich rozvoje (věnování se dětem, radost z jejich rozvoje a úspěchů)
- 6) Potřeby výkonu, úspěchu (získání dobrých výsledků v různých oblastech činností, získání prestiže, vyniknutí v kolektivu)
- 7) Potřeby vztahující se k makroprostředí (přání a radosti orientované na velké sociální skupiny, historii, tradici, ekologii)
- 8) Potřeba seberealizace (vytváření svého místa ve světě, životní cíle, záměry, poznávací a estetické potřeby) (Gillernová 2015).

## 5 Popis a zhodnocení dotazníkové části

Dotazník byl dostupný skrze webovou stránku [www.click4survey.cz](http://www.click4survey.cz) a respondenti k němu získávali přístup pomocí webového odkazu zveřejněného na sociálních sítích. Dotazníkové šetření bylo realizováno v období od poloviny července roku 2023 do konce listopadu roku 2023. První odpověď se objevila dne 14. července 2023, poslední 30. listopadu 2023. Dotazník vyplnilo celkem 201 respondentů. Průměrná délka vyplňování byla 7 minut a 18 vteřin. K vyhodnocení jednotlivých položek byla využita popisná statistika.

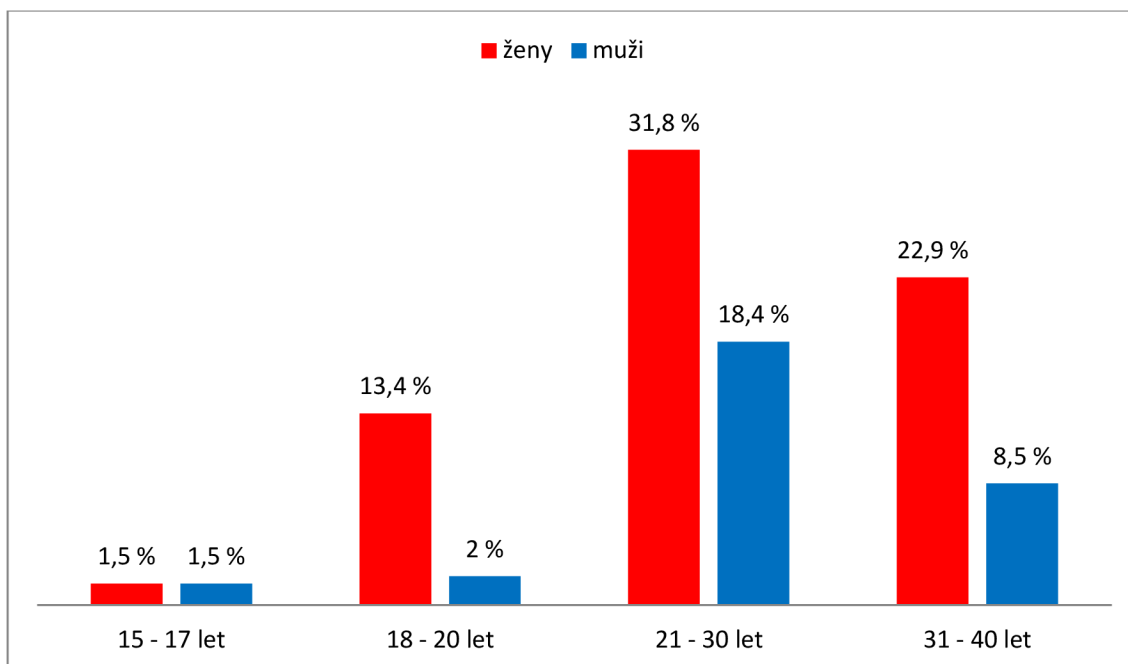
### 5.1 Interpretace dat z jednotlivých položek dotazníku

Dotazník otevírala standardně otázka na pohlaví dotazovaných jedinců. Z celkového počtu 201 respondentů se výzkumu zúčastnilo 140 žen a 61 mužů. Následující koláčový graf tato data prezentuje v procentním vyjádření.



Graf 1 Pohlaví respondentů

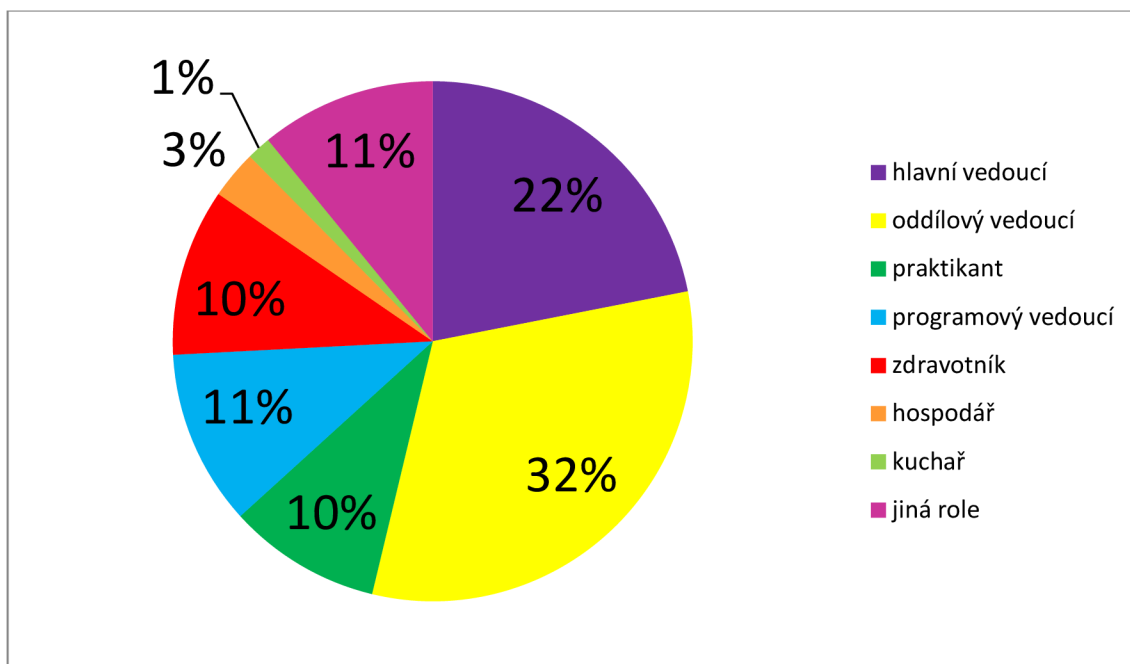
Následovala položka zjišťující věk oslovených respondentů. Nejpočetnější skupinu tvořili mladí dospělí ve věku 21 až 30 let – z 201 účastníků výzkumu jich v tomto věku bylo 101 – 64 žen a 37 mužů. Na pomyslném „druhém místě“, co se počtu týče, se umístila skupina dotazovaných ve věku 31 až 40 let s počtem 63 jedinců, z toho 46 žen a 17 mužů. Ve věku 18 až 20 let se objevilo 31 osob, z toho 27 žen a 4 muži. Nejméně respondentů bylo ve věku 15 až 17 let, tuto variantu označilo pouze šest osob, a to 3 ženy a 3 muži. Sloupcový graf na následující straně ukazuje výše popsaná data v procentech. Nejvýraznější procentuální rozdíl lze vidět ve skupině 18 – 20 let, ve které byl v porovnání s ženami skutečně velmi malý počet mužů.



**Graf 2 Věkové rozložení respondentů**

Ve třetí položce byli respondenti dotazováni na jméno organizace, ve které působí jako výchovní pracovníci na dětských táborech. Jelikož se jednalo o dobrovolnou otázku, mnoho jedinců tuto položku přeskočilo. Seznam organizací, které v dotaznících byly uváděny, se nacházejí v příloze 1 této práce (Příloha 1: Seznam zastoupených organizací a spolků ve výzkumu).

Úkolem čtvrté dotazníkové položky bylo zjistit, jaké role v realizačním týmu tábora zastávají oslovení respondenti. Na výběr měli z těchto variant: hlavní vedoucí, oddílový vedoucí, praktikant/instruktor, programový vedoucí, zdravotník, hospodář, kuchař. Nasbíraná data ukazují, že se výzkumu zúčastnilo 44 hlavních vedoucích, 64 oddílových vedoucích, 19 praktikantů, 22 programových vedoucích, 21 táborových zdravotníků, 6 hospodářů a 3 kuchaři. Dále 22 dotázaných uvedlo, že na táborech zastávají jinou roli – většinou se jednalo o role zástupců HVT nebo různé smíšené role (např. oddílový vedoucí + zdravotník). Tyto údaje v procentním vyjádření prezentuje koláčový graf na následující straně.



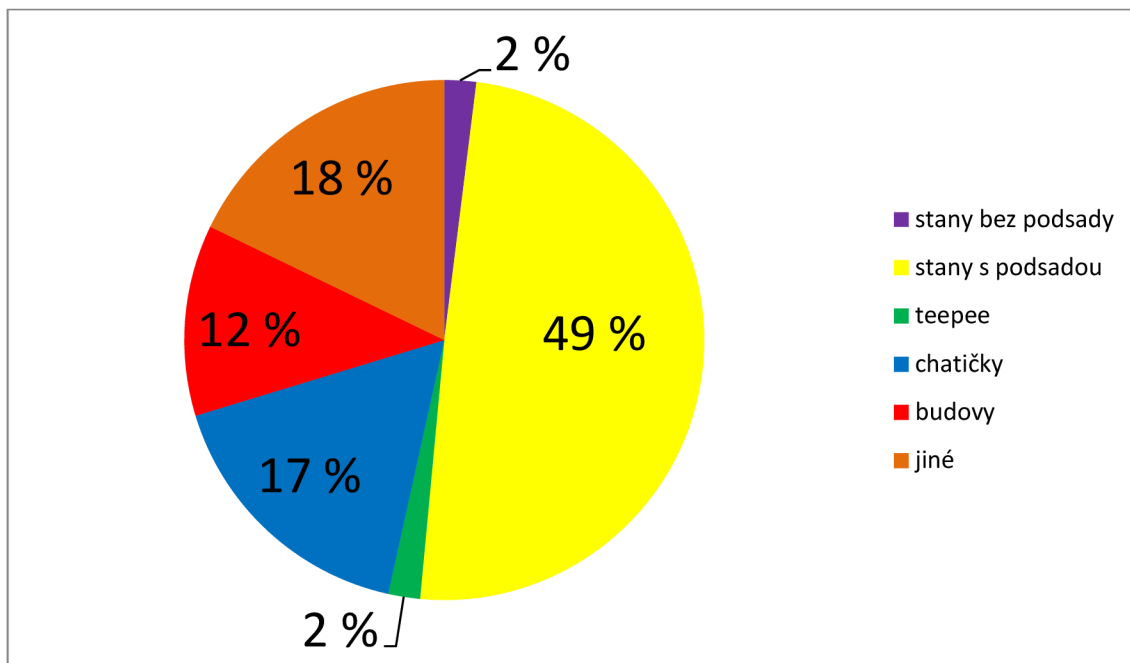
**Graf 3 Týmové role respondentů**

Položka číslo pět od respondentů zjišťovala informaci, zda mají zkušenost s jinými rolami v rámci realizačního týmu tábora. Z celkového počtu dotazovaných 80 % uvedlo, že zkušenost s jinou rolí mají, 20 % nikoliv.

V rámci šesté otázky byla zjišťována obvyklá délka trvání pobytového tábora, na který respondenti jezdí jako vedoucí. Variantu kratší než týden neuvedl žádný z odpovídajících jedinců. Na týdenní pobyty jezdí 17 % respondentů. Nejobvyklejší formou jsou dvoutýdenní tábory, tuto variantu uvedlo 62 % respondentů. Jedna osoba odpověděla, že se zúčastňuje táborů trvajících měsíc. Položka obsahovala i otevřenou variantu pro případ, že by zvolené časové úseky neodpovídaly skutečností pobytů některých vedoucích. Tuto možnost zvolilo 21 % respondentů. V odpovědích se vyskytovaly konkrétní počty dní, a to od 8 až po 18. Častou odpovědí byly také 3 týdny.

Sedmá položka sloužila k průzkumu forem ubytování na táborech, kam jezdí oslovení respondenti jakožto táboroví vedoucí. Z odpovědí vyšlo najevo, že nejtypičtějším způsobem ubytování na táborech jsou podsadové stany, tuto skutečnost uvedlo 100 dotázaných. Dále 34 osob zvolilo odpověď, že jsou ubytováni v chatičkách a 24 jedinců z celkového vzorku jezdí na tábory, kde ubytování probíhá v budovách. Součástí položky byly také varianty „stany bez podsady“ a „teepee“, tyto možnosti se však v odpovědích vyskytovaly velice vzácně, stany bez podsady zahrli jen 4 respondenti, u teepee byl počet ještě nižší, zaznamenány byly

pouze dvě odpovědi z celkového počtu 201 osob. I tato položka zahrnovala možnost otevřené odpovědi, pro případ jiného způsobu ubytování. Otevřené možnosti využilo 37 respondentů, odpovědi většinou zahrnovaly kombinace výše uvedených způsobů. Tyto údaje v procentech ukazuje i následující koláčový graf.



Graf 4 Formy ubytování na táborech

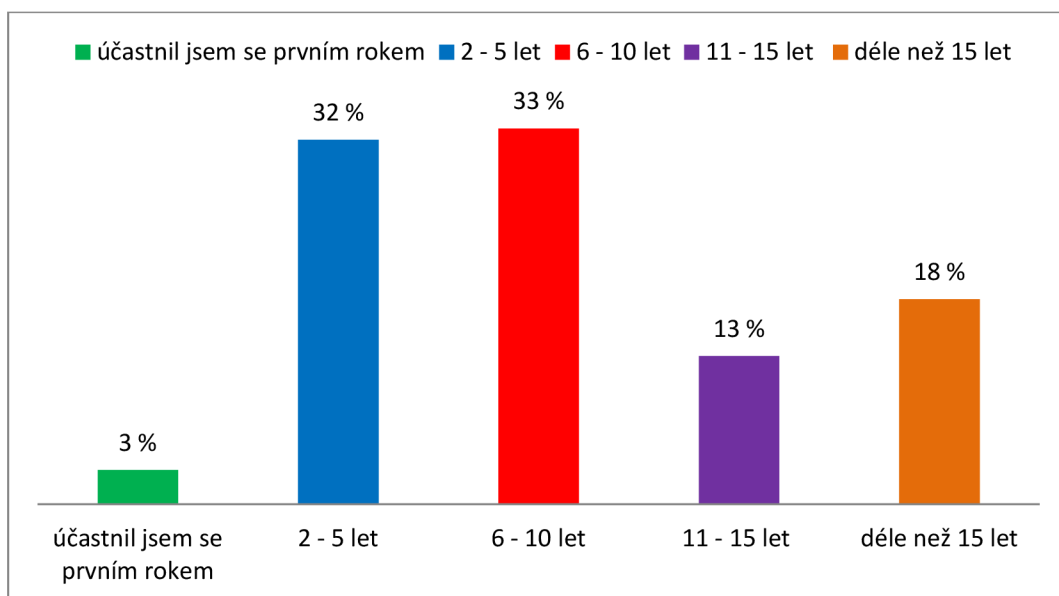
Osmou položkou byli respondenti dotazováni na to, zda je jejich práce na letním táboře finančně ohodnocena. 116 dotázaných, tedy 58 % uvedlo, že tuto činnost dělají zdarma, 42 % za svou práci na táboře dostává finanční odměnu. Jelikož bez finanční odměny se táborové činnosti věnuje nadpoloviční většina oslovených, svědčí to o tom, že tábornictví je stále převážně ušlechtilou dobrovolnickou činností.

Devátá položka dotazníku sloužila ke zjištění, zda se účastníci výzkumu věnují celoroční volnočasové práci s dětmi. Z oslovených 201 vedoucích jich 132 odpovědělo, že se této činnosti věnují, 69 respondentů pak uvedlo, že se celoročním volnočasovým aktivitám s dětmi nevěnují.

V desáté položce byli respondenti dotazováni na skutečnost, zda se letních táborů zúčastňovali ve svých dětských letech. Drtivá většina na tuto otázku odpověděla kladně. Z celkového počtu 201 respondentů 188 oslovených jsou bývalí dětské účastníci, pouze 13 z nich uvedlo, že v dětství na tábory nejezdili.

Otázka č. 11 sloužila ke zjištění, zda dotazovaní jedinci už mají své potomky či nikoliv. Děti zmínilo 58 dotázaných, zbývajících 143 bylo bezdětných.

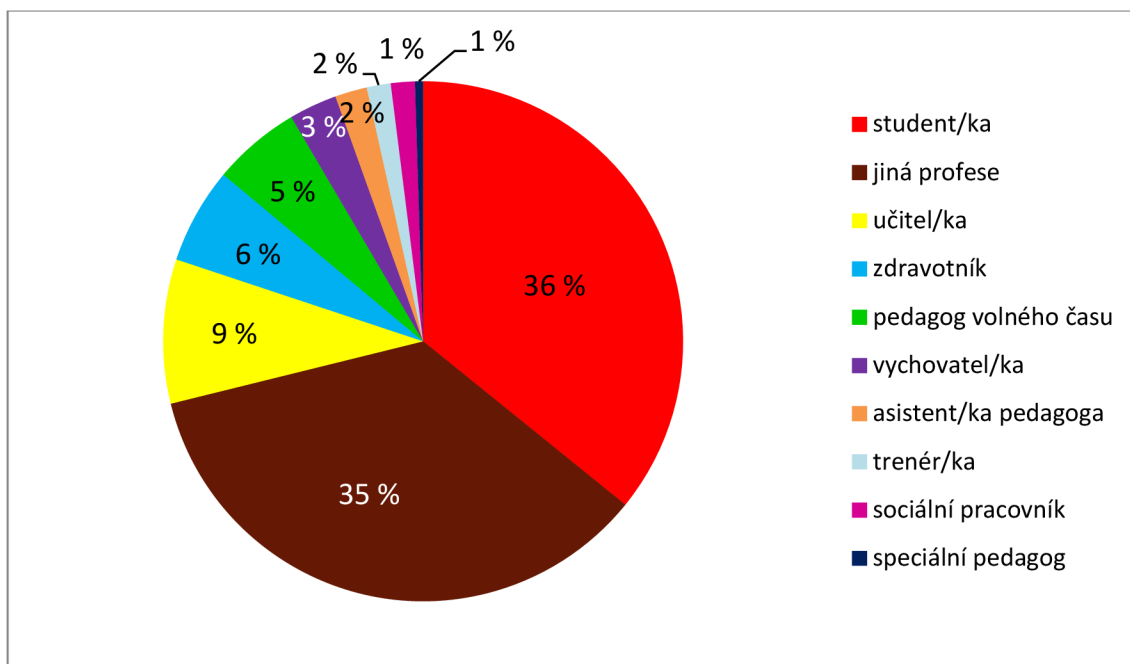
Kolik let mají respondenti zkušenost s rolemi táborových vedoucích, bylo zjišťováno v položce dvanácté. Nejčastěji uváděnou kategorií byla délka praxe 6 – 10 let. Tuto odpověď zvolilo 67 osob z celkového počtu 201. Druhou nejvíce zmiňovanou skupinou byla kategorie 2 – 5 let, kterou uvedlo 65 respondentů. Déle než 15 let zkušeností má 36 jedinců, 11 – 15 let jezdí na tábory 27 dotázaných. Nejméně zastoupenou skupinou byla kategorie respondentů, kteří se v době konání výzkumného šetření tábora zúčastnili prvním rokem, tuto variantu označilo 6 osob. Uvedená data prezentuje v procentech následující sloupcový graf.



**Graf 5 Délka táborové praxe**

Zaměstnání respondentů byla v dotazníku věnována položka č. 13. Jako možnosti nabízela některé pedagogické profese definované zákonem č. 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících. Dalšími variantami byly jiné pomáhající profese (sociální pracovník, zdravotník – lékaři, zdravotní sestry atd.). Jelikož převážnou část táborových vedoucích tvoří mladí studenti, ani tato varianta nesměla v nabídce chybět. Pro případ, že by respondent vykonával jiné zaměstnání než výše zmíněné, obsahovala položka otevřenou možnost sloužící k uvedení tohoto zaměstnání. Největší skupinu tvořili studenti, z většiny studující obory pedagogického zaměření. Studentů se průzkumu zúčastnilo 72, učitelů bylo 18, pedagogů volného času 11, vychovatelů 6, asistentů pedagoga 4, trenéři 3 a jeden speciální pedagog. Oblast ostatních pomáhajících profesí uvedlo 15 dotázaných, z toho 12 osob pracuje jako zdravotník a 3 jako sociální pracovníci. Možnost jiného zaměstnání zvolila poměrně velká část, a to 71 jedinců z celkem 201 odpovídajících. Tyto zjištěné informace v procentech zobrazuje koláčový graf na následující straně.





**Graf 6 Zaměstnání respondentů**

Cílem čtrnácté dotazníkové položky bylo zjištění, s jakými věkovými skupinami svěřených dětí oslovení jedinci během táborů pracují. Nejčastější odpovědí bylo, že pracují s věkově smíšenou skupinou dětí, tuto skutečnost uvedlo 157 dotázaných, tedy 78 % z celkového počtu. S dětmi mladšího školního věku (6 – 11 let) pracuje 31 respondentů, se skupinou staršího školního věku (12 – 15 let) 11 respondentů a 2 jedinci se skupinou dospívajících ve věku 16 – 18 let. Kategorie pod 6 let a nad 18 let zastoupeny nebyly. Výše popsané údaje jsou přehledově uvedeny v následující tabulce.

**Tabulka 1 Věková skupina svěřených klientů**

| Věková skupina                  | Počet odpovědí |
|---------------------------------|----------------|
| Smíšená skupina                 | 157            |
| Mladší školní věk (6 – 11 let)  | 31             |
| Starší školní věk (12 – 15 let) | 11             |
| Adolescentní věk (16 – 18 let)  | 2              |

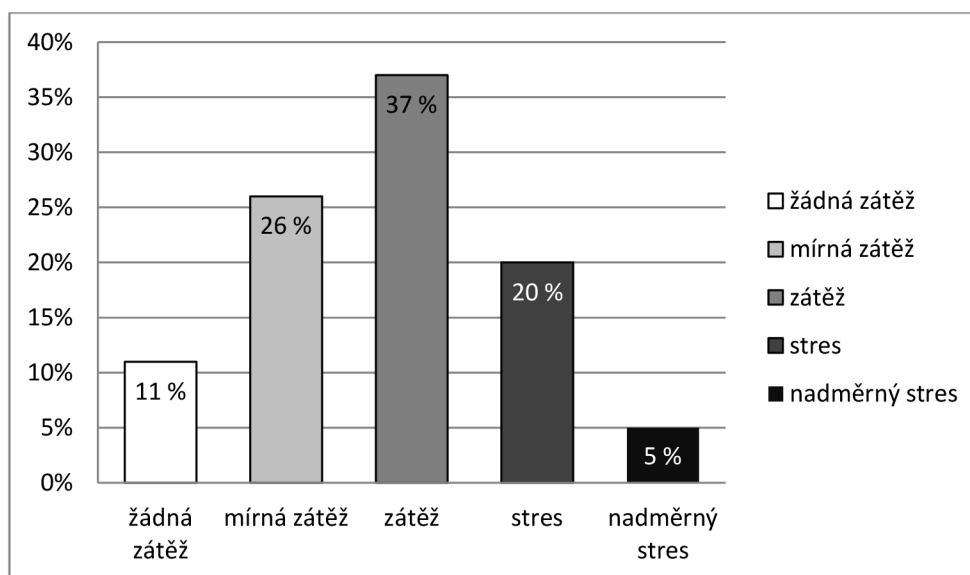
Patnáctá položka se respondentů dotazovala na počet dětí, účastnících se táborů, na které respondenti obvykle jezdí jako vedoucí. Nejobvyklejší odpovědí bylo, že se táborů zúčastňuje mezi 20 až 55 dětmi, tuto možnost vybralo 110 jedinců, tedy 55 %. V ostatních kategoriích byly počty poměrně vyrovnané. Se skupinou do dvaceti dětí pracuje 22 respondentů, skupiny 56 – 100 dětí zvolilo 35 oslovených, počet dětí

mezi 101 až 150 uvedlo 14 dotázaných a se skupinou více než 150 dětí na táboře pracuje 20 respondentů. Tato zjištění shrnuje následující tabulka.

**Tabulka 2 Počet dětí na táboře**

| Počet dětí na táboře | Počet odpovědí |
|----------------------|----------------|
| do 20 dětí           | 22             |
| 20 – 55 dětí         | 110            |
| 56 – 100 dětí        | 35             |
| 101 – 150 dětí       | 14             |
| nad 150 dětí         | 20             |

Další položkou se dotazník překlápěl do oblasti psychické zátěže. Tento oddíl otvírala položka obsahující hvězdicovou škálu, na které respondenti museli zaznamenat, jak moc jsou pro ně letní tábory zatěžující/stresující. Pro 37 % jsou tábory zatěžující akcí – na škále tedy zvolili střed. Pozitivní zprávou je, že procentuální zastoupení je vyšší u respondentů, kteří tábory vnímají jako mírně zatěžující nebo dokonce nezažívají žádnou zátěž, oproti skupině respondentů, pro které jsou tyto akce zdrojem stresu nebo dokonce velmi vysoké míry stresu. Zmíněná zjištění jsou zaznamenána v následujícím grafu.



**Graf 7 Míra zátěže obecně**

Po shrnutí údajů v oblasti míry zátěže obecně byla pozornost zaměřena na míru zátěže u respondentů v závislosti na jejich funkci v realizačním týmu. Dotazníky byly

rozděleny do kategorií podle uvedených týmových rolí. Poté byla u jednotlivých kategorií zjišťována míra prožívané zátěže.

Z grafu, který se nachází na straně 44, je patrné, že nejstresovanější skupinou jsou programoví vedoucí, 45,5 % z nich totiž uvedlo, že jsou pro ně letní tábory stresující nebo dokonce velmi stresující. Ani jeden z programových vedoucích nezvolil variantu „žádná zátěž“.

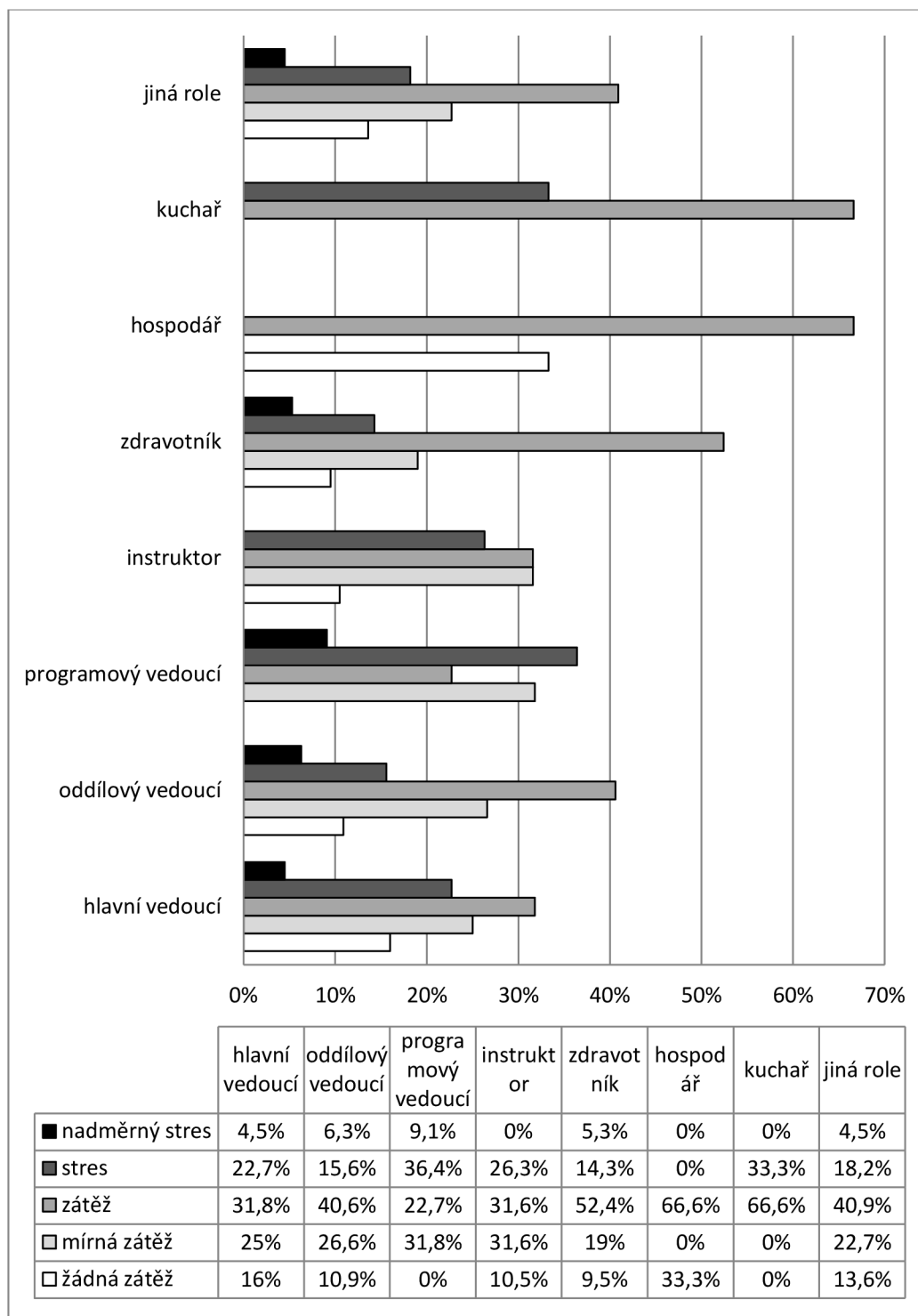
Co se týče vnímání tábora jako velmi stresujícího, hned za programovými vedoucími jsou oddíloví vedoucí. Jejich procentuální hodnoty poměrně dobře kopírují data obecné míry zátěže u všech respondentů (viz Graf 7).

Překvapujícím zjištěním bylo, že mezi hlavními vedoucími bylo největší procentuální zastoupení těch, kteří tábory vůbec nevnímají jako zatěžující záležitost. V této kategorii se předpokládaly jiné hodnoty, vzhledem k tomu, že hlavní vedoucí mají veškerou zodpovědnost za chod tábora a svěřené děti.

V kategorii praktikantů/instruktorů je pozitivním výsledkem zjištění, že žádný z nich tábor neprožívá jako nadměrně stresující, přestože přechod z role táborníka do role výchovného pracovníka není jednoduchý. Nicméně jako stresující je uvedlo 26,3 % což není zanedbatelné číslo. V případě mírné a střední zátěže se hodnoty procentuálně shodovaly (31,6 %).

Více než polovina táborových zdravotníků uvedla střední míru zátěže. Rovněž kategorie „jiná role“, která zahrnovala především sdílené role, se nejvíce umísťovala do oblasti střední zátěže. Data u této skupiny jsou podobná jako u oddílových vedoucích.

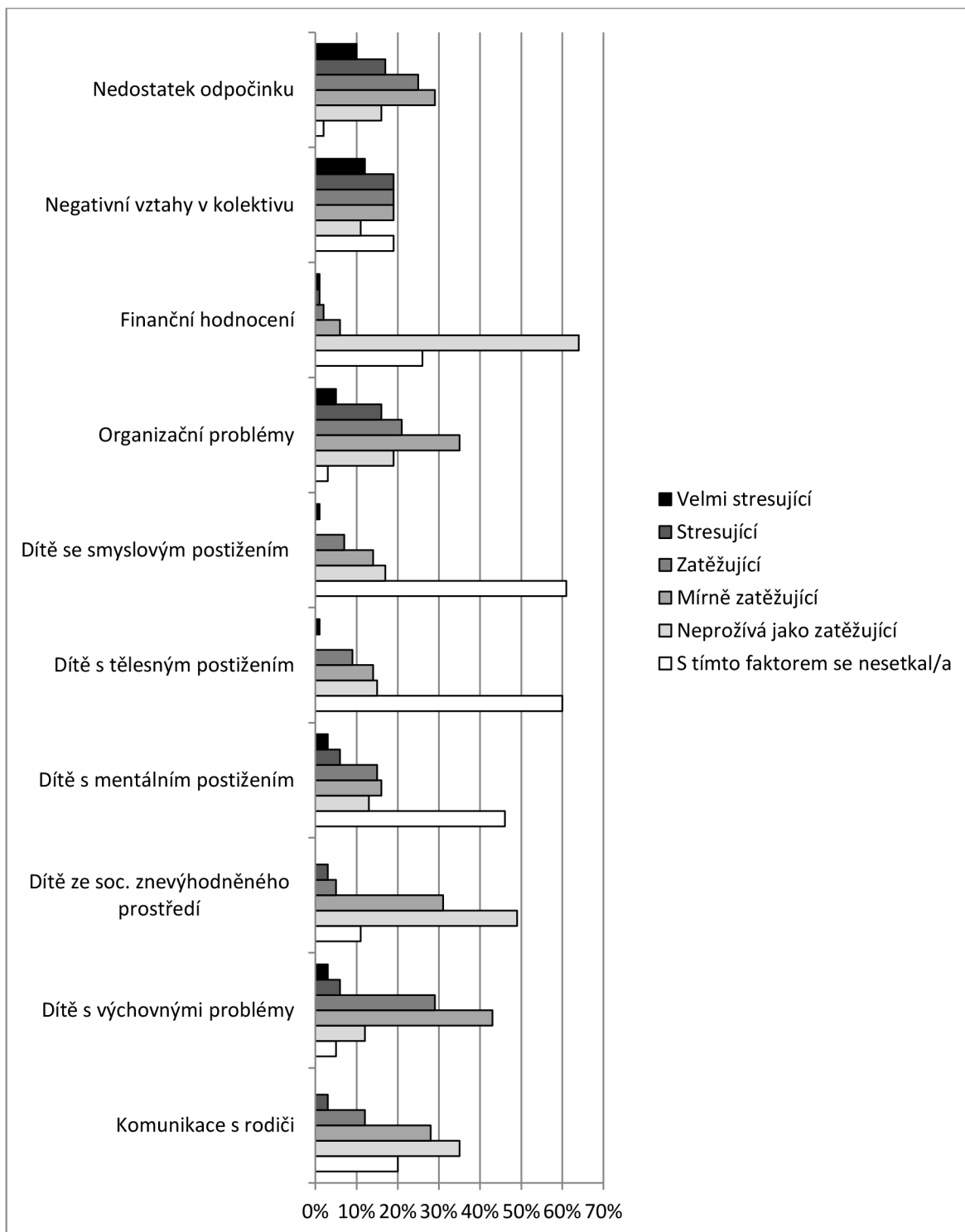
Výše popsané skutečnosti prezentuje následující graf. Ačkoliv jsou v grafu zahrnuty i role hospodář a kuchař, nelze data u těchto dvou rolí pokládat za relevantní, jelikož osob s touto funkcí se ve výzkumu objevilo velmi malé množství (6 hospodářů a 3 kuchaři).



**Graf 8 Míra zátěže v závislosti na roli v týmu**

Sedmnáctá položka respondentům nabídla konkrétní zdroje možné psychické zátěže, s nimiž se táboroví vedoucí ve své praxi mohou setkat. Otázka obsahovala výběr 10 různých zátěžových faktorů a jednu polootevřenou možnost pro doplnění zdrojů zátěže podle osobního vnímání. Respondenti měli u jednotlivých faktorů uvést, jakou měrou jsou pro ně tyto podněty zatěžující, případně stresující. Z grafu na následující straně je více než patrné, že faktory, se kterými se respondenti na táborech příliš

nesetkávají, jsou děti s postižením (tělesným, mentálním, smyslovým). Jako nejméně zatěžující bylo označeno finanční ohodnocení práce na táboře, celkem 64 % dotázaných uvedlo, že toto pro ně není zdrojem zátěže. Naopak jako nejvíce stresující podněty respondenti vyhodnotili nedostatek odpočinku, negativní vztahy v kolektivu a organizační problémy. Tedy potíže, které často pramení z nedostatečné komunikace mezi členy realizačního týmu.



Graf 9 Shrnutí míry zátěže u všech faktorů

Následuje série tabulek, které zobrazují procentuální hodnoty míry zátěže jednotlivých faktorů v závislosti na konkrétních týmových rolích oslovených respondentů. Červeně jsou vyznačeny nejvíce zatěžující faktory, zeleně ty nejméně zatěžující. První tabulka obsahuje údaje, zjištěné u jedinců s rolí hlavního vedoucího tábora. Z procentuálních údajů je patrné, že pro hlavní vedoucí jsou největší zátěží nedostatek odpočinku a negativní vztahy v kolektivu vedoucích, naopak minimálně je prožíváno finanční hodnocení.

**Tabulka 3 Zátěžové faktory u hlavních vedoucích**

| <b>Hlavní vedoucí</b>            | Nesetkal/a se | Neprožívá jako zátěž | Mírná zátěž | Zátěž  | Stres         | Nadměrný stres |
|----------------------------------|---------------|----------------------|-------------|--------|---------------|----------------|
| Komunikace s rodiči              | 2,3 %         | 23,3 %               | 39,5 %      | 27,9 % | 7 %           | 0 %            |
| Dítě s výchovnými problémy       | 0 %           | 14 %                 | 58,1 %      | 20,9 % | 4,7 %         | 2,3 %          |
| Dítě ze soc. znevýhod. prostředí | 11,5 %        | <b>53,5 %</b>        | 23,3 %      | 4,7 %  | 7 %           | 0 %            |
| Dítě s mentálním postižením      | 46,5 %        | 18,6 %               | 18,6 %      | 9,3 %  | 4,7 %         | 2,3 %          |
| Dítě s tělesným postižením       | 51,2 %        | 30,2 %               | 14 %        | 2,3 %  | 0 %           | 2,3 %          |
| Dítě se smyslovým postižením     | 55,8 %        | 25,6 %               | 14 %        | 2,3 %  | 0 %           | 2,3 %          |
| Organizační problémy             | 2,3 %         | 16,3 %               | 41,8 %      | 23,3 % | 9,3 %         | 7 %            |
| Finanční ohodnocení              | 27,9 %        | <b>69,8 %</b>        | 0 %         | 0 %    | 2,3 %         | 0 %            |
| Negativní vztahy v kolektivu     | 16,2 %        | 9,3 %                | 25,6 %      | 14 %   | <b>23,3 %</b> | <b>11,6 %</b>  |
| Nedostatek odpočinku             | 4,7 %         | 18,6 %               | 30,2 %      | 18,6 % | <b>14 %</b>   | <b>14 %</b>    |
| Jiné potíže                      | 60,5 %        | 4,7 %                | 4,7 %       | 18,6 % | 2,3 %         | 9,3 %          |

Hlavními vedoucími uvedené jiné potíže a jejich vnímání: „*příprava tábora před začátkem*“, „*horší kvalita jídla – méně zeleniny, ovoce, moc příloh*“ (mírně zatěžující); „*legislativní omezení – očkování, hygienické normy apod.*“, „*technické a táborevé dovednosti vedoucích*“, „*počasí, nepřípravenost programu*“, „*nenadálé události*“, „*práce s motivací kolektivu*“, „*zaplněnost táborů, úrazy, předčasný odjezd dětí, bezpečnost aj.*“, „*vedro*“, „*příprava programu a komunikace s úřady*“ (zatěžující);

„úrazy“ (stresující); „zajištění personálu pro provoz“, „krizové situace“, „shánění kompletního týmu na tábor“ (velmi stresující).

Podobné závěry vyplynuly z vyzkoumaných dat i u oddílových vedoucích. Pro ně je finanční hodnocení také tím nejméně zátěžovým faktorem, a negativní vztahy společně s nedostatkem odpočinku nejvíce zátěžovým faktorem.

Tabulka 4 Zátěžové faktory u oddílových vedoucích

| Oddíloví vedoucí                 | Nesetkal/a se | Neprožívá jako zátěž | Mírná zátěž | Zátěž  | Stres         | Nadměrný stres |
|----------------------------------|---------------|----------------------|-------------|--------|---------------|----------------|
| Komunikace s rodiči              | 25,4 %        | 42,4 %               | 22 %        | 8,5 %  | 1,7 %         | 0 %            |
| Dítě s výchovnými problémy       | 3,4 %         | 13,6 %               | 33,9 %      | 35,6 % | 8,5 %         | 5 %            |
| Dítě ze soc. znevýhod. prostředí | 11,9 %        | <b>54,2 %</b>        | 27,1 %      | 3,4 %  | 3,4 %         | 0 %            |
| Dítě s mentálním postižením      | 42,4 %        | 5 %                  | 20,3 %      | 20,3 % | 8,5 %         | 3,4 %          |
| Dítě s tělesným postižením       | 56 %          | 6,8 %                | 16,9 %      | 20,3 % | 0 %           | 0 %            |
| Dítě se smyslovým postižením     | 56 %          | 16,9 %               | 15,3 %      | 11,9 % | 0 %           | 0 %            |
| Organizační problémy             | 3,4 %         | 25,4 %               | 33,9 %      | 18,6 % | 10,2 %        | 8,6 %          |
| Finanční ohodnocení              | 15,3 %        | <b>69,5 %</b>        | 10,2 %      | 1,7 %  | 1,7 %         | 1,7 %          |
| Negativní vztahy v kolektivu     | 23,7 %        | 11,9 %               | 15,3 %      | 22 %   | <b>13,6 %</b> | <b>13,6 %</b>  |
| Nedostatek odpočinku             | 0 %           | 16,9 %               | 16,9 %      | 39 %   | <b>16,9 %</b> | <b>10,2 %</b>  |
| Jiné potíže                      | 69,5 %        | 5,1 %                | 10,2 %      | 8,5 %  | 3,4 %         | 3,4 %          |

Jiné potíže zmiňované oddílovými vedoucími a jejich vnímání: „fyzická náročnost“, „nedostatek času, aby se člověk v klidu najedl“, „spokojenost dětí s programem“, „komunikace s některými kolegy“, „nedostatek soukromí“ (mírně zatěžující); „kondička“, „ztráta hlasu, bolest hlavy“, „dětí trpící nedostatkem pozornosti“, „používání mobilů“, „střídání vedoucích“ (zatěžující); „minimum soukromí“, „špatná organizace denních aktivit“, „když rodiče zatají něco o dítěti a to následně kazí tábor všem“ (stresující); „můj tým prohraje v táborové hře“, „počasí“ (velmi stresující).

Taktéž u praktikantů je vnímáno jako nejméně zatěžující faktor finanční ohodnocení za práci na letním táboře, tuto skutečnost uvedla polovina dotázaných praktikantů. A stejně tak jako u předchozích rolí jsou pro ně nejvíce zatěžovým faktorem negativní vztahy v kolektivu vedoucích. Jako stresující, ale ne nadměrně, prožívají praktikanti hlavně nedostatek odpočinku a organizační problémy.

Tabulka 5 Zátěžové faktory u praktikantů

| Praktikanti                      | Nesetkal/a se | Neprožívá jako zátěž | Mírná zátěž | Zátěž  | Stres         | Nadměrný stres |
|----------------------------------|---------------|----------------------|-------------|--------|---------------|----------------|
| Komunikace s rodiči              | 68,7 %        | 25 %                 | 6,3 %       | 0 %    | 0 %           | 0 %            |
| Dítě s výchovnými problémy       | 18,7 %        | 0 %                  | 43,7 %      | 31,3 % | 6,3 %         | 0 %            |
| Dítě ze soc. znevýhod. prostředí | 18,7 %        | 31,3 %               | 37,5 %      | 12,5 % | 0 %           | 0 %            |
| Dítě s mentálním postižením      | 81,3 %        | 0 %                  | 6,2 %       | 6,2 %  | 6,2 %         | 0 %            |
| Dítě s tělesným postižením       | 75 %          | 12,5 %               | 0 %         | 12,5 % | 0 %           | 0 %            |
| Dítě se smyslovým postižením     | 81,3 %        | 6,2 %                | 12,5 %      | 0 %    | 0 %           | 0 %            |
| Organizační problémy             | 12,5 %        | 18,7 %               | 50 %        | 0 %    | <b>18,7 %</b> | 0 %            |
| Finanční ohodnocení              | 43,7 %        | <b>50 %</b>          | 6,2 %       | 0 %    | 0 %           | 0 %            |
| Negativní vztahy v kolektivu     | 25 %          | 25 %                 | 6,2 %       | 25 %   | 6,2 %         | <b>12,5 %</b>  |
| Nedostatek odpočinku             | 6,2 %         | 18,7 %               | 31,3 %      | 25 %   | <b>18,7 %</b> | 0 %            |
| Jiné potíže                      | 68,7 %        | 12,5 %               | 6,2 %       | 12,5 % | 0 %           | 0 %            |

Jiné potíže uváděné praktikanty a jejich vnímání: „*ovládání sám sebe*“ (mírně zatěžující); „*mluvení s až moc nadšenými dětmi po 10 a více dnech tábora (nedá se víc specifikovat)*“, „*zdravotní obtíže*“ (zatěžující).



Také skupina programových vedoucích uvedla, že jsou pro ně nejvíce zátěžové negativní vztahy v kolektivu a nedostatek odpočinku. Shodovali se s ostatními i v případě nejméně zátěžového faktoru, tedy finančního ohodnocení. To nevnímá jako zatěžující 63,6 % programových vedoucích. Nicméně zajímavým údajem jistě je, že jako stresující, avšak ne nadměrně, poměrně velká část programových vedoucích vnímá organizační problémy, tuto skutečnost uvedlo 40,9 % z nich. Tím se odlišují od ostatních rolí. V porovnání s jinými rolemi tyto vedoucí nejčastěji uváděli jako velmi stresující i jiné faktory. Jejich výčet lze nalézt pod tabulkou.

**Tabulka 6 Zátěžové faktory u programových vedoucích**

| <b>Programoví vedoucí</b>        | Nesetkal/a se | Neprožívá jako zátěž | Mírná zátěž | Zátěž  | Stres         | Nadměrný stres |
|----------------------------------|---------------|----------------------|-------------|--------|---------------|----------------|
| Komunikace s rodiči              | 27,3 %        | 40,9 %               | 22,7 %      | 9,1 %  | 0 %           | 0 %            |
| Dítě s výchovnými problémy       | 4,6 %         | 22,7 %               | 31,8 %      | 31,8 % | 4,6 %         | 4,6 %          |
| Dítě ze soc. znevýhod. prostředí | 9,1 %         | <b>59,1 %</b>        | 22,7 %      | 0 %    | 9,1 %         | 0 %            |
| Dítě s mentálním postižením      | 36,4 %        | 27,3 %               | 13,6 %      | 18,2 % | 0 %           | 4,6 %          |
| Dítě s tělesným postižením       | 72,7 %        | 18,2 %               | 9,1 %       | 0 %    | 0 %           | 0 %            |
| Dítě se smyslovým postižením     | 72,7 %        | 18,2 %               | 9,1 %       | 0 %    | 0 %           | 0 %            |
| Organizační problémy             | 0 %           | 9,1 %                | 31,8 %      | 9,1 %  | <b>40,9 %</b> | <b>9,1 %</b>   |
| Finanční ohodnocení              | 22,7 %        | <b>63,6 %</b>        | 9,1 %       | 0 %    | 0 %           | 4,6 %          |
| Negativní vztahy v kolektivu     | 4,6 %         | 13,6 %               | 31,8 %      | 13,6 % | 22,7 %        | <b>13,6 %</b>  |
| Nedostatek odpočinku             | 0 %           | 9,1 %                | 36,4 %      | 9,1 %  | <b>31,8 %</b> | <b>13,6 %</b>  |
| Jiné potíže                      | 50 %          | 4,6 %                | 0 %         | 22,7 % | 0 %           | 22,7 %         |

Jiné potíže zmiňované programovými vedoucími a jejich vnímání: „*neustálé opakování jednoduchých pokynů vedoucím*“, „*špatné počasí*“, „*sdílené role*“, „*špatná strava*“, „*nedostatek dovolené v práci*“ (zatěžující); „*špatné rozložení práce – jsem sama na spoustu úkolů*“, „*práce ostatních vedoucích – některé věci nejsou nebo jsou*

připravené jinak než měly být“, „problémy s dodavateli potravin“, „nedostatek soukromí a velké množství práce“ (velmi stresující).

Podobně jako předchozí role, vnímají zdroje zátěže i zdravotníci. Též pro ně jsou nejvíce zatěžujícím faktorem negativní vztahy v kolektivu vedoucích. A stejně tak neprožívají jako zatěžující finanční ohodnocení jejich táborové činnosti. Jako stresující, avšak ne nadměrně prožívají nedostatek odpočinku.

Tabulka 7 Zátěžové faktory u zdravotníků

| Zdravotníci                      | Nesetkal/a se | Neprožívá jako zátěž | Mírná zátěž | Zátěž  | Stres         | Nadměrný stres |
|----------------------------------|---------------|----------------------|-------------|--------|---------------|----------------|
| Komunikace s rodiči              | 0 %           | 42,9 %               | 47,6 %      | 9,5 %  | 0 %           | 0 %            |
| Dítě s výchovnými problémy       | 4,8 %         | 14,3 %               | 61,9 %      | 9,5 %  | 4,8 %         | 4,8 %          |
| Dítě ze soc. znevýhod. prostředí | 4,8 %         | 47,6 %               | 33,3 %      | 9,5 %  | 0 %           | 4,8 %          |
| Dítě s mentálním postižením      | 38,1 %        | 23,8 %               | 9,5 %       | 19 %   | 4,8 %         | 4,8 %          |
| Dítě s tělesným postižením       | 47,6 %        | 19 %                 | 19 %        | 9,5 %  | 0 %           | 4,8 %          |
| Dítě se smyslovým postižením     | 28,6 %        | 28,6 %               | 19 %        | 19 %   | 0 %           | 4,8 %          |
| Organizační problémy             | 0 %           | 19 %                 | 28,6 %      | 42,9 % | 4,8 %         | 4,8 %          |
| Finanční ohodnocení              | 28,6 %        | <b>57,1 %</b>        | 4,8 %       | 9,5 %  | 0 %           | 0 %            |
| Negativní vztahy v kolektivu     | 19 %          | 0 %                  | 19 %        | 23,8 % | <b>28,6 %</b> | <b>9,5 %</b>   |
| Nedostatek odpočinku             | 4,8 %         | 14,3 %               | 28,6 %      | 19 %   | <b>28,6 %</b> | 4,8 %          |
| Jiné potíže                      | 57,1 %        | 14,3 %               | 4,8 %       | 9,5 %  | 14,3 %        | 0 %            |

Jiné potíže uváděné u zdravotníků a jejich vnímání: „*konflikty mezi dětmi*“ (mírně zatěžující); „*zodpovědnost za svěřené děti*“ (zatěžující); „*nesystematičnost činností*“, „*shánění sponzorů*“, „*nedobrá organizace času*“ (stresující).

Úkolem osmnácté položky bylo zjistit, jaké fyziologické projevy zátěže/stresu prožívají respondenti při konfrontaci se stresorem. Jelikož se zátěž může projevit vícero způsoby naráz, tato položka respondentům umožňovala uvést více než jednu odpověď. Nejčastěji uváděným projevem byly pocity vyčerpání (114 odpovědí) a podrážděnosti (107 odpovědí). Další projevy se podle počtu odpovědí umístily následovně: neklid (62), bolesti hlavy (51), nespavost (40), nepociťuji stres (33), nevolnost/nechutenství (20), jiné obtíže (14), bušení srdce (13) a dechové obtíže (7). Kolonka *jiné obtíže* respondentům umožňovala doplnit vlastními slovy, jaké stavy na táboře ve stresové situaci prožívají. Mezi odpověďmi se objevila demotivace/vyhoření, emoční labilita, hysterie, mluvení nesmyslů, náchylnost k horečkám, tělesný zápach, nervozita, tíha zodpovědnosti, potřeba samoty, kožní problémy/suchost rukou, antipatie vůči ostatním vedoucím a fyzická únava.

Otázka č. 19 měla za cíl zjistit, jaké copingové strategie respondenti nejčastěji využívají v případě pocíťovaného stresu. Mezi nabízenými strategiemi výrazně vyčnívaly dvě: odpoutání pomocí příjemných aktivit, např. sport, poslech hudby, kreativní činnost (56 dotázaných), a stáhnutí se do ústraní (54 dotázaných). Třetí nejčastější odpovědí bylo, že respondenti na letním táboře stres nepociťují (33 dotázaných). Ostatní strategie lze podle počtu odpovědí seřadit následovně: neustálé mluvení a přemýšlení o problému (20 respondentů), vyhledání pomoci jiné osoby (17 respondentů), snaha zapomenout na problém (5 respondentů), nadměrné kouření (5 respondentů), konzumace dobrého jídla (5 respondentů), nic neuleví (4 respondenti), konzumace alkoholu (2 respondenti). Hraní her na mobilním telefonu nebo užití léků na uklidnění neuvedl žádný z respondentů.

Další položka zjišťovala, jakou konkrétní formou respondenti nejraději relaxují v průběhu konání letního tábora. Mezi výrazně nejfrekventovanější odpovědi patřil spánek, který jako formu odpočinku uvedlo 59 respondentů. Následují formy seřazené sestupně podle počtu odpovědí: pobyt v přírodě (33 respondentů), jiná forma (23 respondentů), poslech hudby (21 respondentů), opuštění prostředí tábořiště (21 respondentů), četba (12 respondentů), sport (9 respondentů), hraní deskových nebo karetních her (7 respondentů), výtvarné aktivity – kreslení, malování (6 respondentů), jiná umělecká činnost – zpěv, tanec, divadlo (6 respondentů), komunikace a zábava mobilním telefonem (3 respondenti), aktivity se zvířaty (1 respondent). Varianta *jiná forma* byla opět otevřená pro případ, že by se v nabídce nenacházela forma relaxace, kterou respondenti využívají. V těchto jiných formách se objevily odpovědi: úklid

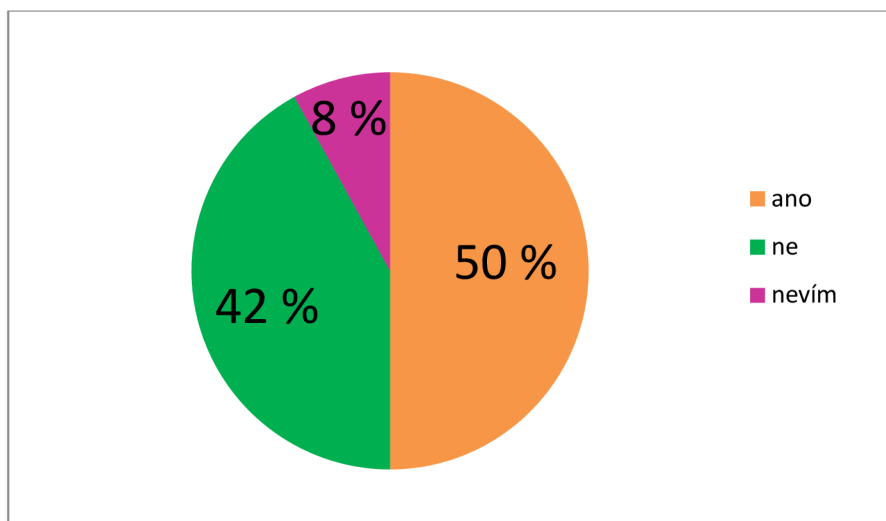
vlastních věcí, komunikace s dětmi nebo ostatními členy týmu, zpěv s kytarou, sledování seriálu/filmu, káva, cesta do obchodu bez doprovodu nebo fyzická činnost jako je štípání dříví a kopání jámy. Častou odpovědí také bylo, že během konání tábora na relaxaci není vůbec čas.

V jednadvacáté položce byli respondenti dotazováni na psychické příznaky stresu a případné stavy, jež mohou být předzvěstí či znakem syndromu vyhoření. Respondenti v rámci této otázky mohli zvolit více možností odpovědí. Všechny nabízené možnosti se objevovaly v poměrně hojné míře, z toho by se dalo vyvodit, že pobytové tábory jsou velmi náročné na psychiku jedince. Následující tabulka shrnuje počet odpovědí u jednotlivých variant.

**Tabulka 8 Psychické stavy na táboře**

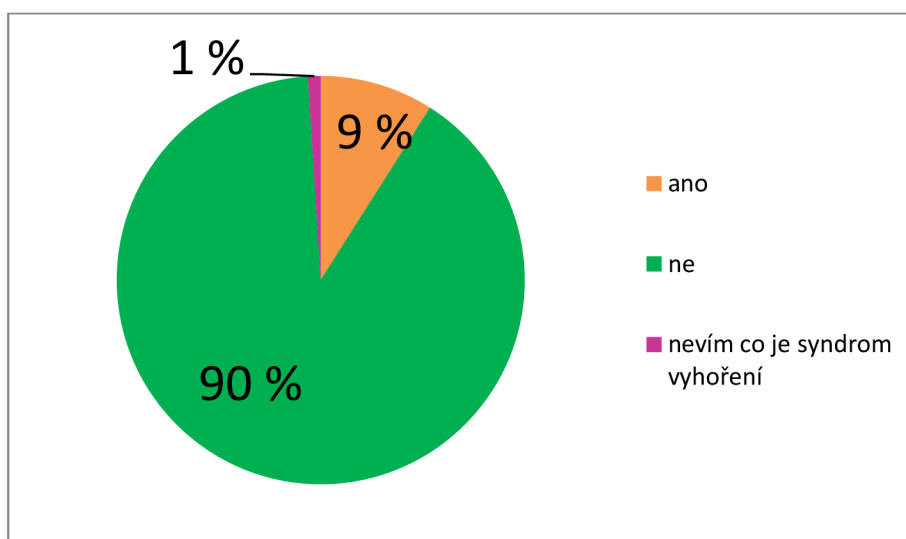
| Stav                                       | Počet odpovědí |
|--|----------------|
| Nesoustředěnost                            | 62             |
| Sklíčenost                                 | 35             |
| Bezmoc                                     | 36             |
| Strach/úzkost                              | 44             |
| Ztráta sebeovládání                        | 22             |
| Ztráta nadšení pro práci                   | 63             |
| Péče o děti mě obtěžuje                    | 23             |
| Kolegové mě rozčilují                      | 69             |
| Nespokojenost s vlastní prací              | 73             |
| Ztráta motivace                            | 54             |
| Pocit selhání                              | 60             |
| Žádný z uvedených stavů jsem nepocíťoval/a | 39             |

Otázkou č. 22 byli účastníci výzkumného šetření dotazováni na to, zda někdy během konání táborů měli myšlenky, v příštím roce se již nezúčastnit. Z celkového počtu 201 dotázaných jich 101 uvedlo, že tento pocit na táboře nepocíťovali, 83 že ano a 17 z nich zvolilo variantu odpovědi „nevím“. Zájem respondentů účastnit se tábora v dalším roce zobrazuje koláčový graf na str. 53. V tomto případě je však na místě zdůraznit, že odpověď respondentů byla ve většině případů ovlivněna tím, že dotazník vyplňovali v průběhu konání tábora, tedy v okamžiku, kdy přímo prožívali psychickou zátěž spojenou s táborovým prostředím.



**Graf 10 Účast na příštím táboře**

Dotazník je uzavřen položkou, zjišťující skutečnost, zda se respondenti domnívají, že trpí syndromem vyhoření. Pozitivním zjištěním je, že převážná většina z nich (180 respondentů) uvedla, že tento pocit nemají. 19 dotázaných se domnívá, že trpí tímto syndromem a 2 osoby přiznaly neznalost tohoto pojmu. Uvedené údaje ilustruje v procentuálních hodnotách následující koláčový graf.



**Graf 11 Pocit syndromu vyhoření**

## 5.2 Vyhodnocení stanovených předpokladů

V podkapitole 4.1 bylo stanoveno šest předpokladů. Tato část práce slouží ke zhodnocení, zda je možné tyto předpoklady podpořit či nikoliv.

### **Předpoklad č. 1**

*Hlavní vedoucí celkově zažívají vyšší míru zátěže než ostatní pracovníci tábora, s ohledem na jejich zodpovědnost.*

K ověření tohoto předpokladu sloužily otázky č. 4 a č. 16. v online dotazníku. Tento **předpoklad se nepotvrdil**, jelikož z šetření vyplynulo, že vyšší míru zátěže a stresu prožívají programoví vedoucí (viz Graf 8).

### **Předpoklad č. 2**

*Výrazně zátěžovým faktorem pro oddílové vedoucí a praktikanty jsou děti s výchovnými problémy, jelikož některé tyto děti vyžadují individuální přístup a vedoucí musí dělit pozornost mezi všechny svěřené děti.*

Pro potvrzení či vyvrácení tohoto předpokladu bylo využito dat získaných z položek č. 4 a č. 17. Po generování procentuálních hodnot u jednotlivých zátěžových faktorů, které jsou zaznamenány v tabulkách 4 a 5, však vyšlo najevo, že pro oddílové vedoucí i pro praktikanty představuje největší zdroj zátěže nedostatek odpočinku a negativní vztahy v kolektivu vedoucích. Tedy ani tento **předpoklad se nepotvrdil**.

### **Předpoklad č. 3**

*Hlavní vedoucí obvykle mají zkušenost s jinými rolmi v realizačním týmu tábora, jelikož k vyšší funkci na táboře je potřeba se „propracovat“ časem.*

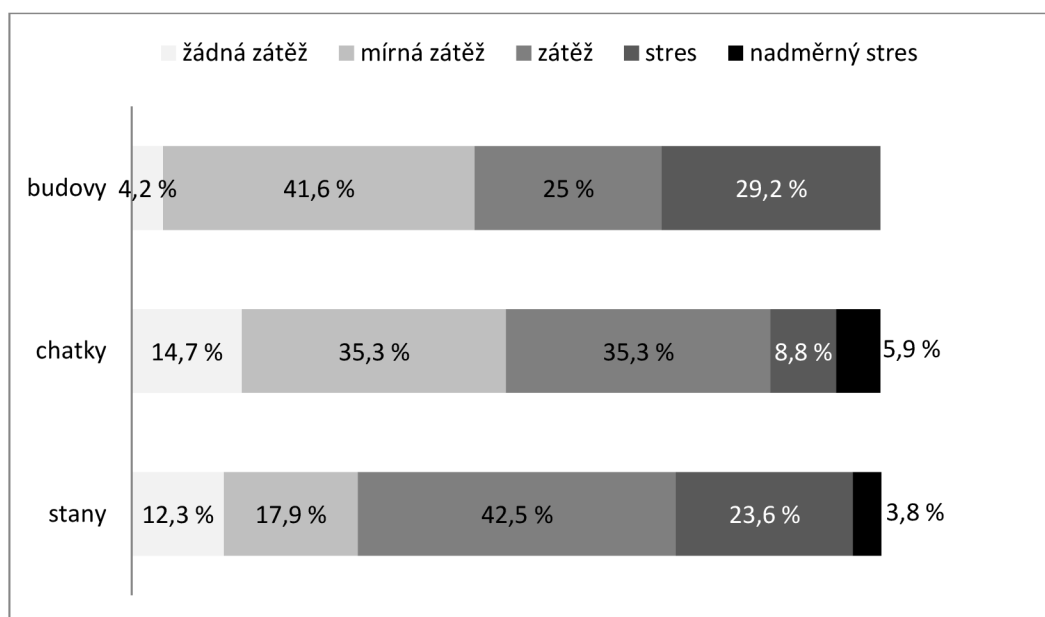
K ověření platnosti tohoto předpokladu napomohly otázky č. 2, č. 4 a č. 5. Z celkového počtu 44 dotázaných bylo 59,1 % ve věku 31 – 40 let, zbývající hlavní vedoucí spadali do skupiny ve věku 21 – 30 let. Všichni respondenti, zastávající funkci hlavního vedoucího uvedli, že mají zkušenost i s jinými rolmi v rámci realizačního týmu tábora. S odkazem na výše uvedené zjištěné údaje lze tento **předpoklad podpořit**.

### **Předpoklad č. 4**

*Táboroví vedoucí, kteří zažívají méně komfortu v oblasti ubytování (stany s podsadou, teepee), během konání tábora pociťují vyšší míru psychické zátěže.*

Tento předpoklad byl ověřován pomocí položek č. 7 a č. 16. Vyhodnocení sesbíraných dat přineslo neočekávané závěry. Ve vztahu k ubytovaným v chatkách se u ubytovaných ve stanech potvrdila vyšší míra psychické zátěže, zároveň překvapivě ve vztahu k ubytovaným v budovách tomu tak není. V skupině ubytovaných v budovách bylo nejmenší procentuální zastoupení osob, které v průběhu tábora nepociťují žádnou

psychickou zátěž a zároveň největší procento těch, pro něž jsou tábory stresující záležitostí. V této kategorii ale nikdo neoznačil tábor jako velmi stresující. S ohledem na zjištěné výsledky (viz Graf 12) **předpoklad č. 4 nelze podpořit.**



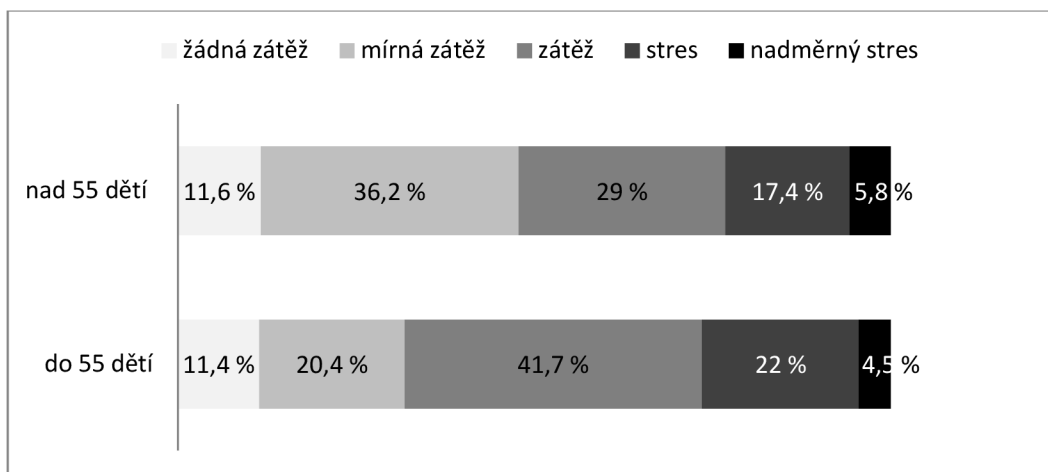
**Graf 12 Míra zátěže v závislosti na formě ubytování**

Pokud by se sloučily položky zátěž, stres a nadměrný stres, a položky žádná zátěž a mírná zátěž, provede se jejich porovnání, výsledkem je zjištění, že největší míru psychické zátěže prožívají vedoucí z táborů, kde je stanová forma ubytování (69,9 % zátěž a stres vs 30,2 % žádná nebo mírná zátěž). Druhou nejzatíženější skupinou jsou vedoucí z táborů v budovách (54,2 % zátěž a stres vs 45,8 % žádná nebo mírná zátěž). Táboroví vedoucí z chatkových táborů, prožívají zátěž a stres vs žádná nebo mírná zátěž rovným dílem. S trochou nadsázky by se tak dalo konstatovat, že nejideálnějším způsobem ubytování jsou chatky.

### **Předpoklad č. 5**

*Vedoucí na táborech s menší kapacitou (do 55 dětí) pocítují nižší míru psychické zátěže, jelikož menší skupina dětí se snadněji koordinuje při společných činnostech.*

K vyhodnocení tohoto předpokladu bylo využito položek č. 15 a č. 16. Na základě sesbíraných dat se tento **předpoklad nepotvrzuje**. Jak je patrné z Graf 13 na následující straně, překvapivě vyšší míra zátěže a stresu je uváděna respondenty, jejichž táborů se zúčastňuje méně než 55 dětí.



Graf 13 Míra zátěže v závislosti na počtu zúčastněných dětí

### Předpoklad č. 6

*Hlavní a programoví vedoucí častěji vykazují příznaky syndromu vyhoření, protože jejich táborová práce je celoroční činností.*

K ověření tohoto předpokladu bylo zapotřebí položek č. 4, č. 21, č. 22 a č. 23. Hodnoty zaznamenané v tabulce o psychických stavech (Tabulka 8) byly rozděleny na dvě kategorie, a to odpovědi hlavních vedoucích + programových vedoucích a na skupinu sestávající z jedinců s ostatními rolemi. Z výsledků procentuálních hodnot u jednotlivých kategorií vyplynulo, že zmiňované psychické stavy (např. nesoustředěnost, bezmoc, ztráta sebeovládání, nespokojenost s vlastní prací, ztráta motivace nebo pocit selhání), jež mohou být varovným příznakem syndromu vyhoření, častěji pociťují právě hlavní vedoucí a programoví vedoucí. Na dotaz, zda respondenti měli někdy pocit, že se již dalšího tábora zúčastnit nechtějí taktéž hlavní a programoví vedoucí odpovídali častěji, že tento pocit zažili. Rovněž v položce zjišťující, zda se respondenti domnívají, že trpí syndromem vyhoření, hlavní a programoví vedoucí častěji tento pocit potvrdili. Nutno je však poznamenat, že tyto hodnoty nebyly příliš vysoké, tuto skutečnost přiznalo 16,7 % dotázaných z řad hlavních a programových vedoucích, z řad ostatních vedoucích se jednalo o 5,9 %. S ohledem na výše popsané je možné **předpoklad č. 6 podpořit.**



## 6 Realizace a přepis rozhovorů

Interview s vybranými táborovými vedoucími tvořila druhou část výzkumu a byla realizována v průběhu měsíce července roku 2023. Dva tábory, v nichž rozhovory proběhly, byly vybrány účelově, aby se jednalo o poměrně rozdílné typy. Jeden tábor je tradičtějšího typu, kdy jsou děti i vedoucí ubytováni ve stanech s podsadou a všichni se společnými silami musí aktivně podílet na chodu tábora. Vedoucí za táborovou činnost nedostávají žádnou finanční odměnu, jedná se tedy o skupinu dobrovolníků. Druhý tábor dětem i vedoucím poskytuje o trochu komfortnější zázemí, ubytování je kombinací stanů s podsadami, chatek i budov. Vedoucí na tomto táboře jsou za svou činnost finančně odměňováni. Veškeré podrobnosti o jednotlivých táborech jsou uvedeny v podkapitolách 6.1 a 6.3. Rozhovory probíhaly přímo v místě tábořiště v době konce turnusu. Pro realizaci rozhovorů byli vybráni ti jedinci, kteří působí jako výchovní pracovníci, tedy hlavní vedoucí, oddíloví vedoucí, programoví vedoucí a praktikanti. Jelikož oddíloví vedoucí tvořili tu nejpočetnější skupinu v realizačním týmu, v obou táborech byly rozhovory uspořádány vždy se dvěma těmito vedoucími, mužem a ženou. Jednotlivé rozhovory byly nahrávány s každým respondentem zvlášť, na klidném místě a v naprostém soukromí stranou od táborového dění. Dotazování probíhalo anonymně, jména vedoucích nebyla předmětem rozhovoru. Každému účastníkovi této části výzkumu bylo položeno 5 otázek. Jednalo se o polostrukturovaný rozhovor, jednotlivé otázky dávaly respondentům prostor vyjádřit své názory a pocity šířeji než jedním slovem. Každý oslovený, s nímž byl zrealizován rozhovor, zároveň dostal tzv. koláč radosti, papír s prázdným kruhem. Úkolem respondentů bylo rozdělit kruh na libovolné části a do těch vepsat, co je na táboře zdrojem jejich radosti. V části této práce s přepsanými interview vždy za každým rozhovorem následuje rozbor koláče radosti dotyčného vedoucího. Kritéria, podle kterých byly koláče vyhodnocovány, jsou popsány v podkapitole 4.3 o zvolených výzkumných metodách. V tabulkách, jež vyhodnotí koláče všech respondentů, jsou použity dva symboly: „✓“ znamená, že se tato konkrétní potřeba v koláči objevila, „X“ znamená, že tato potřeba nebyla uvedena.

## 6.1 Popis prvního tábora

První tábor, v němž byly zrealizovány rozhovory, je každoročně organizován na louce v pohraničí Lužických hor, v katastrálním území Dolní Světlá. Jedná se o tábor stanového typu, k ubytování slouží stany s podsadou, určené pro dvě osoby. Na tomto místě se tábor pořádá již od roku 1979. Kapacita tábora je 54 dětí a realizační tým tvoří zhruba 20 vedoucích. Členy týmu jsou: hlavní vedoucí, programový vedoucí, 5 oddílových vedoucích, 5 praktikantů, zdravotník, hospodářka, kuchařka, pomocný kuchař a pracovník v zázemí (stará se o opravy stanů, chod kamen na vaření a kotlů na ohřev vody). Zároveň se na táboře během jeho průběhu objeví spoustu návštěv z řad bývalých vedoucích či táborníků, kteří pomáhají s hladkým průběhem akce, ať už při technickém zajištění tábora nebo v rámci her.

Hygiena je na táboře zajištěna polními sprchami, což představuje menší dřevěné stavby, nad kterými je upevněn objemný barel, do kterého se pomocí ruční pumpy doplňuje voda. Toalety jsou suché, tedy bez splachování. Jedná se o dřevěné stavby, uvnitř kterých se nachází otvor na vyvýšeném soklu pro sezení. Mytí rukou probíhá u barelů s nepitnou vodou, k dispozici je i tekuté mýdlo. Dřevěné stavby (sprchy, toalety, kuchyň) jsou jedinými stavbami v tábořišti, které jsou zde postaveny trvale.

Kuchyň je největší dřevěnou stavbou v táboře. Vaří se na kamnech vytápěných dřevem. S přípravou jídla děti nepomáhají. Výdej jídla probíhá v jídelně, která navazuje na kuchyň. Jídlo se vydává z kuchyňského okénka. Jidelna je velký stan s přídatnými bočnicemi v případě nepříznivého počasí a její součástí je několik setů lavic a stolů.

Tábor funguje na principu skupinek. Děti jsou na začátku tábora (většinou v rámci příběhu celotáborové hry) rozděleny do pěti skupinek po 10 až 11, přičemž každá skupinka má po celou dobu tábora svého vedoucího a praktikanta, kteří řídí její činnost. Skupinky jsou věkově i pohlavně smíšené a založené na principu spolupráce, kdy starší členové pomáhají mladším s náročnějšími úkoly a mladší se od starších učí nové dovednosti. Tím se navazují jedinečná přátelství, která by ve věkově oddělených skupinách nebyla možná. Pro starší děti je to také trénink zodpovědnosti pro případnou budoucí praktikantskou roli. Jsou zavedeny služby, a to na mytí nádobí (kuchyň na to nemá časovou ani personální kapacitu), na zásobování vodou, na úklid tábora, zásobování dřevem a zápis do táborové kroniky. Služby se každý den střídají. Rozpis služeb je vždy viditelně vyvěšen v prostorách dětské jídelny. Za kvalitu provedené služby zodpovídá oddílový vedoucí dotyčné skupiny.

Funguje zde také systém nočních hlídek, hlídá se vždy od 23 hodin do 6 hodin následujícího dne. Jednotlivá hlídka trvá hodinu a vždy ji zajišťuje dvojice dětí bydlících společně ve stanu. Rozpis hlídek je vždy viditelně vyvěšen v jídelně, aby každá dvojice věděla, koho má po své službě vzbudit. Na noční režim dohlíží tzv. „vedoucí noci“, který vždy začínající hlídku budí. Funkce vedoucího noci je také střídavá, v průběhu tábora musí tuto roli alespoň jednou zastat každý vedoucí (vyjma praktikantů, kuchařky a zdravotníka). Stan je výrazně označen (např. odrazkou), aby ho hlídka mohla rychleji najít, pokud by v táboře vznikly nečekané okolnosti (silná nepřízeň počasí, příchod cizí osoby do prostředí tábořiště). Poslední hlídka v 6 hodin ráno budí tzv. „vedoucího dne“, jímž je oddílový vedoucí, jehož skupinka má ten den na starost mytí nádobí. Tento vedoucí musí ráno roztopit kamna v kuchyni, uvařit čaj, přivést pečivo, připravit snídani pro celý tábor a poté má na starost i budiček a rozcvičku. Často mu na pomoc přijdou i jiní vedoucí, kteří se vzbudí dříve.

Zdravotní péči a hygienu dětí má na starost táborový zdravotník. Nicméně v rámci realizačního týmu tábora mají všichni vedoucí (kromě praktikantů), certifikát o absolvování kurzu první pomoci pro zdravotníky zotavovacích akcí, jsou tak plně způsobilí zdravotníka zastoupit v případě, když je např. s jiným dítětem v nemocnici nebo vznikne úraz na hře skupinky mimo tábor, kde zdravotník zrovna není přítomen. Ošetření dětí probíhá na tzv. „zdravotce“, pro tento účel je vyhrazen jeden podsadový stan. Zde má zdravotník veškeré vybavení, zdravotní dokumentaci dětí, léky v uzamčené schránce a hygienické potřeby. Zdravotka slouží zároveň jako izolace v případě nemoci dítěte. Zdravotník se stará o čistotu na toaletách, vydává dětem jejich medikaci a má možnost rozhodovat o herním programu a v průběhu tábora učinit zákaz v případě, že by se vyskytla riziková aktivita.

Program pro děti připravuje především programový vedoucí, který již dlouhou dobu před táborem vymyslí téma celotáborové hry, dá dohromady příběh a jeho hlavní postavy, promyslí konkrétní herní činnosti na jednotlivý den a systém bodování CTH. Dále je jeho úkolem delegovat práci mezi oddílové vedoucí a praktikanty. Před táborem se jedná zejména o přípravu kostýmů, shánění a výrobu rekvizit, tvorbu tematických materiálů na nástěnku. V průběhu tábora o role a úkoly jednotlivých vedoucích v rámci konkrétních her. Programový vedoucí dětem vysvětluje pravidla před každou hrou a vedoucí upozorňuje na případná rizika.

Návštěvy rodičů a jiných rodinných příslušníků nejsou povolené a děti mají zakázáno mít u sebe mobilní telefony. Veškerá komunikace s rodinou a kamarády u dětí probíhá prostřednictvím klasické písemné korespondence (dopisy, pohledy).

V rámci rozhovoru byl na tomto táboře vyzpovídán hlavní vedoucí, dva oddíloví vedoucí různého pohlaví, programový vedoucí a praktikantka. Každý respondent byl na počátku rozhovoru dotázán, zda souhlasí s nahráváním celého povídání. Rozhovory v doslovném znění, jsou převedeny do písemné podoby na následujících stranách (str. 61 – 67).

### 6.1.1 Přepis rozhovoru – hlavní vedoucí

#### 1. Kolik je Ti let a od jakého věku jezdíš na tábor jako vedoucí/praktikant?

*„Je mi čerstvě 36 let a jako praktikant jezdím od 14 let.“*

#### 2. Jaká je Tvoje funkce v realizačním týmu tábora? Popiš prosím, co je náplní Tvé funkce a jak se v této roli cítíš.

*„Moje hlavní funkce je hlavní vedoucí (smích). Náplní je organizace letního tábora, organizace lidí, administrativa kolem přihlášených dětí, shraňování přihlášek, zajištění povolení a ohlášení ke všem dotčeným úřadům, personální zajištění tábora a zajistit, aby to všichni přežili. V roli hlavního vedoucího se cítím na jednu stranu dobře, to je ta část, kdy se komunikuje s rodiči a komunikuje se s tím okolním světem. Rok od roku mi dělá větší problém komunikovat s vedoucíma.“*

#### 3. Stručně prosím popiš typ a fungování vašeho tábora.

*„Jsme letní stanový tábor stavěný na zelené louce. Děti jsou ubytovány ve stanech s podsadou. Na louce máme postavenou kuchyň, kde se vaří na kamnech vytápěných dřevem. Je to tábor pro 54 dětí a 20 lidí personálu.“*

#### 4. Co Ti v průběhu konání letního tábora způsobuje největší psychickou zátěž?

*„Komunikace s vedoucími a domácí úkoly – ty samostatné práce typu dokopat se k přihláškám, dokopat se k nějakým hromadným mailům a asi obecně ty hromadné komunikace, ty mi fakt dávají zabrat, protože nemáme jednu platformu, na které někdo komunikuje a nemám moc chuť komunikovat dovnitř týmu.“*

#### 5. Co tě motivuje k práci vedoucího na letním táboře?

*„Motivuje mě to, že jsem tu s fajn lidma, baví mě ta práce s těma dětma, což jsem si třeba ještě před táborem nemyslel, baví mě to, baví mě být tady, zajišťovat to, že to vlastně proběhne. Mám dobrý pocit z toho, že i díky mě ten tábor proběhne a proběhne relativně hladce.“*

### VYHODNOCENÍ KOLÁČE RADOSTI:

U tohoto vedoucího z koláče radosti vyllynuly především tři motivační potřeby, a to potřeba **sociálních interakcí**, potřeba **týkající se rozvoje dětí**, práce s nimi a nakonec také potřeba **seberealizace**. Originální podobu koláče lze nalézt v přílohách pod zkratkou H1.

### 6.1.2 Přepis rozhovoru – oddílový vedoucí 1 (muž)

#### 1. Kolik je Ti let a od jakého věku jezdíš na tábor jako vedoucí/praktikant?

*„Je mi 25 let a jako praktikant jezdím asi od 16 let a pak od 18 jako vedoucí.“*

#### 2. Jaká je Tvoje funkce v realizačním týmu tábora? Popiš prosím, co je náplní Tvé funkce a jak se v této roli cítíš.

*„Takže já jsem vedoucí družinky a náplní mé práce je starat se o děti tak, aby nepřišly k úrazu, motivovat je ve skupince, tak nějak je řídit při hrách. Jak se cítím v této roli? Jsem spokojený. Vzhledem k tomu, že jsem docela soutěživý typ, tak mě to baví.“*

#### 3. Stručně prosím popiš typ a fungování vašeho tábora.

*„Jsme letní stanový tábor bez elektriny, bez pitné vody, takový oldschool. Máme celotáborovou hru, která se skládá z menších her. Dělají se služby na zajištění pitné vody, dřeva a podobných věcí, které tady nejsou normálně k dostání.“*

#### 4. Co Ti v průběhu konání letního tábora způsobuje největší psychickou zátěž?

*„Tyjo popravdě nevím. Přejde mi, že díky únavě se tady potom řeší malichernosti až moc. Lidi tu dělají z komára velblouda, tak to je pro mě asi největší psychická zátěž. Vyhrocení totálních zbytečností, které by šly vyřešit dvěma větami.“*

#### 5. Co tě motivuje k práci vedoucího na letním táboře?

*„Baví mě to, baví mě ta parta lidí, baví mě tady vypnout od normálního světa, dát si digitální detox a řešit tady jen dřevo, vodu... Nakonec i ty děti mě baví (smích).“*

### VYHODNOCENÍ KOLÁČE RADOSTI:

Z koláče tohoto vedoucího bylo možné vyčíst čtyři potřeby. První byla hned ta základní – **elementární**, tedy starost pouze o nepodstatnější věci jako je jídlo, topivo, pitná voda. Dále byla zmíněna potřeba **podnětů a činností**, potřeba **sociálních interakcí** a potřeba zaměřená na **výkon a úspěch**. V přílohách se tento koláč nachází pod zkratkou O1(m).

### **6.1.3 Přepis rozhovoru – oddílový vedoucí 2 (žena)**

#### **1. Kolik je Ti let a od jakého věku jezdíš na tábor jako vedoucí/praktikant?**

*„Je mi 22 let a jezdím od svých 16 let jako praktikantka a o dva roky později jsem začala jezdit jako vedoucí.“*

#### **2. Jaká je Tvoje funkce v realizačním týmu tábora? Popiš prosím, co je náplní Tvé funkce a jak se v této roli cítíš.**

*„V realizačním týmu hlavně připravuju po grafické stránce ten tábor, takže kreslím loga, pomáhám s čímkoliv, co je třeba, pokud je například nějaké speciální bodování, tak design toho vlastně, občas pomáhám i s nějakou nástěnkou. A jednak jsem také samozřejmě oddílová vedoucí, takže cokoli co je spojené s tím. Cítím se tak, že jsem, tam kde bych měla být, jelikož se nedokážu představit jinde a kor ne hlavně v kuchyni, ale cítím se fajn a je teda pravda, že na táboře se potom cítím i velice vysíleně, ale to asi my všichni tady.“*

#### **3. Stručně prosím popiš typ a fungování vašeho tábora.**

*„Máme stanový tábor, kdy vlastně děti jsou odříznuté od jakékoliv civilizace, což si myslím, že tomu dodává to kouzlo a hlavně rodiče na to velice dobře slyší. Děti nesmí mít u sebe žádné mobily, žádné prostředky komunikace, kromě samozřejmě pohledů a dopisů. Máme hlavního vedoucího, máme 5 oddílových vedoucích, každý oddílový vedoucí má svého praktikanta, s tím, že děti se u nás rozdělují do skupinek. Skupinky se rozdělují tak, aby každá skupinka měla přibližně stejný průměr věků těch dětí, tudíž to není rozdělené jako u jiných táborů podle věku, přímo že by jedna skupinka byla nejstarší a jedna nejmladší, ale je to průřez, což mi přijde jako zajímavý koncept. My oddíloví vedoucí se staráme o děti, potom tady máme zázemí, které se stará o technickou stránku veškerou, takže o kuchyň, fungování jako takové – od dřeva, po vodu. Děti mají zároveň, každá skupinka má každý den nějakou funkci, které se točí. Máme službu například na vodu, na mytí nádobí, na dřevo, zároveň píšeme táborovou kroniku, což občas po dětech číst je docela záživné (smích).“*

#### **4. Co Ti v průběhu konání letního tábora způsobuje největší psychickou zátěž?**

*(smích) „No, vzhledem k tomu, že momentálně jsme na konci tábora, řekla bych, že to budou hlavně určitě děti jako takové, vždýcky se najde nějaké, které potřebuje mnohem více pozornosti nebo které si ji prostě vyžaduje, buď nadáváním nebo tím, že jednoduše si o ni říká, jakkoliv může, což občas nám vedoucím dělá vrásky na čele. Hlavně děti ten tábor vnímají úplně jinak, my vedoucí jsme pod větším psychickým tlakem a hlavně děti prostě nevidí všechno, co vlastně ti vedoucí dělají, že na nás*

*je nějaká zodpovědnost, vedoucích, ne praktikantech. No pak to budou určitě ostatní vedoucí, jelikož sami začínáme prostě být ve stresu během tábora, navíc když to tu máme na dva týdny, takže vedoucí jsou unavení, tudíž i nepříjemní sami na sebe, a věřím, že nás to všechny hned potom mrzí. Ale ten moment, kdy vznikne nějaký konflikt, na základě úplně banální věci, nad kterou bychom normálně jen mávli rukou, tak tady to bývá „zážitek“. Ještě, že už jsme u konce.“*

##### **5. Co tě motivuje k práci vedoucího na letním táboře?**

*„Tak jednak kvůli tomu, že už je to pro mě taková tradice, jsem zvyklá, že jezdím na ten tábor. Když jsem jezdila jako dítě, tak jsem si odjela několik let a vlastně každý rok jsem se měla na co těšit. A když už jsem hold odrostla, tak mi to přišlo jako logické, že se přidám k tomu týmu těch vedoucích. Také je to kvůli těm ostatním vedoucím, vlastně že tady mám svoje kamarády, které přes rok moc nevidám, jelikož všichni bydlíme daleko od sebe. Hlavně tedy kvůli vedoucím a druhá také samozřejmě kvůli dětem, akorát tam je problém, že ty děti se hodně obměňují, tudíž nemám prostor na to si s nimi vytvořit až takový vztah jako s těma vedoucíma. A jednoduše mě to baví. Upřímně jsem ráda, že můžu být součástí tábora. Ty děti na to mohou do budoucna vzpomínat, jako i já vzpomínám na svoje roky, kdy jsem tu byla jako dítě.“*

##### **VYHODNOCENÍ KOLÁČE RADOSTI:**

Tento koláč byl, co se týče objevených potřeb, zřejmě nejbohatší. Zmíněná byla potřeba **elementární** (jídlo), potřeba **podnětů a činností**, potřeba **sociálních interakcí**, potřeba **rozvoje dětí** a práce s nimi, potřeba **úspěchu/výkonu** a také potřeba **seberealizace**. Původní podoba koláče se nachází v přílohách pod zkratkou O1(ž).



#### **6.1.4 Přepis rozhovoru – programový vedoucí**

##### **1. Kolik je Ti let a od jakého věku jezdíš na tábor jako vedoucí/praktikant?**

*„Je mi 29 let a jezdím od svých patnácti.“*

##### **2. Jaká je Tvoje funkce v realizačním týmu tábora? Popiš prosím, co je náplní Tvé funkce a jak se v této roli cítíš.**

*„Já jsem programový vedoucí, mojí náplní je vytvářet program pro letní tábor, hry, scénky, organizace celé hry, bodování apod. Je to funkce velmi náročná, zodpovědná, vedoucí. Je tam velký důraz na organizaci, na celkovou přípravu, je to náročnější funkce nebo náročnější práce v tom smyslu, že se na ní pracuje dříve, celý půlrok před táborem, takže je prostě déle časově náročnější. V té roli se cítím částečně dobře, protože mi umožňuje realizovat se v nějakých kreativnějších věcech, které jiné mé zájmy nebo práce neumožňují. Na druhou stranu je to velmi náročné vzhledem k tomu, že jsem introvert a dost nevyrovnaný, tak být ve vedoucí pozici, kdy mám zodpovědnost za téměř 70 lidí, od toho kdy mají jít spát, kdy vstávat, kdy má být jídlo a podobně, včetně teda té hry. Celkově to je dost vyčerpávající nebo prostě časově náročné, zároveň je to ta zodpovědnost, že cokoliv se může prostě pokazit, tak jde vlastně hlavně za mnou.“*

##### **3. Stručně prosím popiš typ a fungování vašeho tábora.**

*„Tábor je klasický stanový v přírodě. Stany jsou s podsadou, jsme tady bez přístupu k tekoucí vodě z kohoutku, bez elektřiny, jsme zkrátka v přírodě a je to takový ten klasický zálesácký tábor.“*

##### **4. Co Ti v průběhu konání letního tábora způsobuje největší psychickou zátěž?**

*„V podstatě to, že se v té své funkci nemůžu zastavit, takže pořad musím, ať je ta hra připravená jakkoliv dopředu, tak na samotném místě je potřeba ji připravit na tu realizaci, připravit srozumitelná pravidla/pokyny pro vedoucí, pokyny pro děti, vyřešit tu prezentaci, zvládnout bodování a zároveň, když jiní mají volno, tak já připravuju hru. Během hry dohlížím na průběh, a po hře vyhodnocuju, a zase myslím na to, co bude další den za hru, a je to vlastně zodpovědnost tak celkově. V té funkci jsem v podstatě pořad.“*

##### **5. Co tě motivuje k práci vedoucího na letním táboře?**

*„Částečně je to tradice, nějaký zažitý reflex, tím že sem jezdím už od dítěte, tak je to už v podstatě 21 let. Je to i rodinná tradice, tak je to částečně už prostě automatické, ale zároveň je prostě vidět, že ten automat samotný nestačí, že už ta motivace je nižší a tenhle aspekt se oslabuje. Motivuje mě zkrátka to, že trochu*

*se tu pořád cítím dobře, pořád je to spojené s nějakými dřívějšími vzpomínkami. Je to zkušenost, zároveň se tu dá soustředit úplně na jiný režim dne, takže si odpočívám od zbytku roku. Zároveň, jak jsem již říkal předtím, je tu možnost zkoušet jiné věci, realizovat se v jiných věcech, které bych rád rozvíjel, ale není na ně prostě v průběhu roku prostor, tak ten tábor tohleto umožňuje, a zároveň sem jezdím i kvůli některým konkrétním lidem, kteří jsou mi prostě nějak blízcí, a ta intenzivní zkušenost, ten čtrnáctidenní pobyt s nimi mi nevadí, je to něco zajímavého, přínosného a je to něco, co jinde nezažívám.“*

### **VYHODNOCENÍ KOLÁČE RADOSTI:**

V koláči programového vedoucího se objevily čtyři potřeby. Tři z nich už byly zmíněny výše u ostatních vedoucích – potřeba **podnětů a činností**, potřeba **sociálních interakcí** a potřeba **seberealizace**. Co se však mezi vedoucími objevilo poprvé byla potřeba týkající se **makroprostředí**, v koláči konkrétně se jednalo o zmíněnou tradici účasti na táborech. Tradice se sice v rozhovorech objevovala častěji, ale v koláčích mnohokrát zmíněna nebyla. Koláč tohoto vedoucího lze dohledat v přílohách se zkratkou PG1.

### 6.1.5 Přepis rozhovoru – praktikantka

#### 1. Kolik je Ti let a od jakého věku jezdíš na tábor jako vedoucí/praktikant?

*„Je mi 18 a jako praktikant jezdím od 15 let.“*

#### 2. Jaká je Tvoje funkce v realizačním týmu tábora? Popiš prosím, co je náplní Tvé funkce a jak se v této roli cítíš.

*„Tak jezdím jako praktikant a náplní mojí funkce je pomáhat hlavnímu vedoucímu a oddílovému vedoucímu s dětmi. A jak se cítím? Záleží jak moc jsem zrovna unavená, jinak dobře.“*

#### 3. Stručně prosím popiš typ a fungování vašeho tábora.

*„Máme stanový tábor, děti dělají služby. Máme pět skupinek a děti dělají služby na dřevo, kuchyň, vodu, kroniku a úklid. Jsme na louce uprostřed lesů.“*

#### 4. Co Ti v průběhu konání letního tábora způsobuje největší psychickou zátěž?

*„Rozhodně děti, protože je to vysilující se o ně starat 14 dní v kuse a občas už je to fakt na hraně.“*

#### 5. Co tě motivuje k práci vedoucího na letním táboře?

*„Asi ten kolektiv těch lidí, je to takový hezký tady.“*

### VYHODNOCENÍ KOLÁČE RADOSTI:

V koláči poslední oslovené členky z vybraného vzorku se objevily potřeby, o kterých se domnívám, že jsou typické pro táborové vedoucí a které již byly zmíněny u předchozích respondentů. Jedná se tedy o potřebu **podnětů a činností**, potřebu **sociálních interakcí**, potřebu zaměřenou na **rozvoj dětí** a potřebu **úspěchu a výkonu**. Zkratka pod kterou lze koláč v příloze nalézt má znění PR1.

## 6.2 Zhodnocení rozhovorů a koláčů radosti – 1. tým

Z rozhovorů vyplynulo, že zdroje zátěže se u vedoucích liší podle jejich role. V otázce motivace se všichni oslovení shodli na tom, že je pro ně motivací tým vedoucích, který tábor realizuje. Motivací je pak u některých i práce s dětmi a tradice účasti na táboře. I přesto, že oslovení oddíloví vedoucí uvedli jako zdroj zátěže zbytečné konflikty uvnitř pracovního kolektivu, je pro ně realizační tým motivujícím podnětem k tomu, aby se tábora každoročně zúčastňovali. Jak někteří uvedli, neshody v rámci týmu patrně pramení z únavy. Jedná se o tábor, který s ohledem na jeho typ, poskytuje minimum odpočinku (když se vedoucí nevěnují hernímu programu s dětmi, musí se věnovat určeným službám). Proto se neshody v týmu objevují až na táboře a většinou k jeho konci, kdy energie všech zúčastněných klesá do nízkých hodnot. Pro přehlednost byly nejdůležitější informace zaznamenány do následující tabulky.

Tabulka 9 Interview 1. tým

| Role                    | Zdroj zátěže   | Motivace   |
|-------------------------|--|--|
| Hlavní vedoucí          | Komunikace s vedoucími   | Kolektiv vedoucích, práce s dětmi                  |
| Oddílový vedoucí – muž  | Zbytečné konflikty v týmu vedoucích                                      | Kolektiv vedoucích, únik od reality, práce s dětmi |
| Oddílový vedoucí – žena | Zbytečné konflikty v týmu vedoucích, děti vyžadující nadměrnou pozornost | Tradice, kolektiv vedoucích                        |
| Programový vedoucí      | Absence prostoru pro odpočinek   | Tradice, seberealizace, kolektiv vedoucích         |
| Praktikantka            | Péče o děti  | Kolektiv vedoucích                                 |

Jak již bylo zmíněno, součástí realizovaných rozhovorů bylo vyplnění tzv. koláče radosti, což je diagnostická technika zjišťující motivační síly člověka. Úkolem vedoucích bylo rozdělit prázdný kruh na díly a do nich vepsat, co konkrétně jim na táboře přináší radost. Velikost i tvar jednotlivých dílů byl ponechán zcela na fantazii každého jednotlivce.

V části s přepsanými rozhovory vždy následoval popis koláče dotyčného vyzpovídáního jedince. Tabulka je shrnutím všech koláčů radosti získaných od prvního táborového týmu. Tabulka třídí získané informace podle struktury motivačních potřeb člověka. Z přehledu je patrné, že se všichni oslovení shodli na tom, že je pro ně důležitá potřeba sociálních interakcí. Dále je pro většinu z nich významná potřeba podnětů/činností, rozvoje dětí a seberealizace. V menším množství se objevila potřeba

elementární. Téměř opomíjena byla potřeba vztahující se k makroprostředí a žádný z vedoucích nezmínil potřebu bezpečí/jistoty.

**Tabulka 10 Vyhodnocení koláčů radosti - 1. tým**

| Potřeba           | H1 | O1 (m) | O1 (ž) | PG1 | PR1 |
|-------------------|----|--------|--------|-----|-----|
| Elementární       | X  | ✓      | ✓      | X   | X   |
| Bezpečí, jistoty  | X  | X      | X      | X   | X   |
| Podněty, činnosti | X  | ✓      | ✓      | ✓   | ✓   |
| Soc. interakcí    | ✓  | ✓      | ✓      | ✓   | ✓   |
| Rozvoje dětí      | ✓  | X      | ✓      | X   | ✓   |
| Výkon, úspěch     | X  | ✓      | ✓      | X   | ✓   |
| Makroprostředí    | X  | X      | X      | ✓   | X   |
| Seberealizace     | ✓  | X      | ✓      | ✓   | X   |

### 6.3 Popis druhého tábora

Druhý tábor se od toho předchozího liší nejen lokalitou, ale také formou ubytování, počtem dětí a jejich rozdělením do skupinek. Nachází se v blízkosti přehrady Slapy nedaleko malé obce Nalžovické Podhájí. Ubytování zde probíhá částečně v chatkách, částečně v podsadových stanech a částečně ve zděné budově, kde mají zázemí programoví vedoucí a zdravotníci. Táborová tradice tu je udržována od roku 1973, ale současnou podobu si drží od roku 1997. Kapacita tábora je kolem 150 dětí, o které se stará tým 32 lidí: hlavní vedoucí, 12 oddílových vedoucích, 12 praktikantů, 2 programoví vedoucí, dva zdravotníci a 3 kuchaři.

Hygiena probíhá ve sdílených sprchách: 2 místnosti, kde mohou být v každé až 4 osoby najednou, nebo v řece, kterou k tělesné očištění využívají především chlapci. Toalety jsou kombinované, tedy splachovací i tzv. suché. K mytí rukou slouží buď klasická umyvadla nebo korýtka, jejichž součástí jsou kohoutky s tekoucí vodou.

Ke stravování je určena jídelna v těsné blízkosti kuchyně, nacházející se ve zděné budově. Z důvodu menší kapacity a většího počtu dětí na táboře stravování probíhá na dvě etapy. Kuchyňský personál, vedle vaření, zajišťuje i mytí nádobí, kromě ešusů dětí, ty si je myjí samy v korýtkách s tekoucí vodou, případně v sudech s teplou vodou a saponátem na nádobí.

Zdravotní péči o děti mají na starost dva zdravotníci, jejichž zázemí je popsáno výše. K dispozici mají tři místnosti. Jedna slouží jako ubytovací prostor pro zdravotníky a jejich zdravotnické vybavení. Druhá místnost je určena pro pobyt zraněných a nemocných dětí. Třetí místnost se využívá pouze v případech, kdy je nutné zajistit karanténu.

Děti jsou zde rozdělovány do skupinek podle věku a pohlaví, nejedná se tedy o smíšené skupiny jako v případě tábora předchozího. Skupinek je 12 a každá má svého oddílového vedoucího a praktikanta. Každý oddílový vedoucí se stará o denní program své skupiny, tedy pro ně vymýšlí hry. Programoví vedoucí zajišťují především scénky v rámci zastřešujícího tématu celotáborové hry, ale skupinky mezi sebou nesoutěží. Také na tomto táboře oddíly plní stanovené služby: na udržování ohně v kotli, hlídání příjezdové brány, úklid jídelny, doplňování mýdel a vynášení odpadu. Noční hlídky jsou zajišťovány praktikanty.

Dětszí účastníci tábora mohou u sebe mít a využívat mobilní telefony, ale pouze na své vlastní riziko, většinou tuto možnost volí nejstarší skupiny dětí. Používání mobilů je navíc povoleno pouze ve volném čase mimo organizovaný program.

Návštěvy rodičů nejsou povoleny, vedení tábora však může v nenadálých případech udělit výjimku. Převážná část komunikace s rodiči a kamarády probíhá skrze písemnou korespondenci, tedy dopisy a pohledy.

V rámci interview na druhém táboře nebylo možné učinit rozhovor s hlavní vedoucí, protože se v době návštěvy nacházela mimo tábor. Rozhovory tak byly zrealizovány pouze s dvěma oddílovými vedoucími, programovým vedoucím a praktikantem. Rozhovory v doslovném znění, jsou převedeny do písemné podoby na následujících stranách (str. 72 – 75).

### 6.3.1 Přepis rozhovoru – oddílový vedoucí 1 (muž)

#### 1. Kolik je Ti let a od jakého věku jezdíš na tábor jako vedoucí/praktikant?

*„Je mi 20, sem jsem začal jezdit před třemi lety ale jinak sbírám zkušenosti již pátým rokem.“*

#### 2. Jaká je Tvoje funkce v realizačním týmu tábora? Popiš prosím, co je náplní Tvé funkce a jak se v této roli cítíš.

*„Já jsem vedoucí, náplní je to, že jsme u těch dětí, vymýšlíme pro ně nějaký hry, kontroly a tak. A jak se v tom cítím? Je to sranda mezi těma dětma.“*

#### 3. Stručně prosím popiš typ a fungování vašeho tábora.

*„Já jsem dřív jezdil na takový, který byly třeba zaměřený na túry a tak, ale tady je to zaměřený tak, že se to snažíme udělat co nejhezčí těm dětem. Hraje se tu strašně moc her. Fungování je tu úplně úžasné (smích). Tady je to fungování to nejlepší, co jsem kde zažil, mně se strašně líbí to nasazení pro ty děti, ty scénky, co se tady dělají, je to nádhera.“*

#### 4. Co Ti v průběhu konání letního tábora způsobuje největší psychickou zátěž?

*„Ty kráso. No letos je to to, že jsem ta „hajzlbába“ ještě (smích). Asi prostě ty speciální děti, někdy jsou ty děti v pohodě, někdy mají ty svoje hlášky a normálně si z tebe uštípnou kousíček, jak kdyby chodily s dlátíčkem. A pak jsou tu děti, který jsou prostě sbiječka, ty do tebe jedou.“*

#### 5. Co tě motivuje k práci vedoucího na letním táboře?

*„Baví mě ta práce s dětma, jak jsem říkal, je to strašně zajímavý, pořád si v sobě držíš tu dětskost, která je důležitá. No a i kvůli tomu kolektivu tady, jsou to úžasný lidi a rád je vidím a vídám a povídám si s nimi.“*

### VYHODNOCENÍ KOLÁČE RADOSTI:

Koláč tohoto oddílového vedoucího obsahoval odkaz na tři motivační síly. Potřebu **podnětů a činností**, potřebu **sociálních interakcí** a potřebu **týkající se rozvoje dětí** a práce s nimi. V přílohách práce se koláč nachází pod zkratkou O2(m).



### **6.3.2 Přepis rozhovoru – oddílový vedoucí 2 (žena)**

#### **1. Kolik je Ti let a od jakého věku jezdíš na tábor jako vedoucí/praktikant?**

*„Je mi 21 a jezdím od roku 2018, takže od šestnácti jako praktikant a od dvaceti jako vedoucí.“*

#### **2. Jaká je Tvoje funkce v realizačním týmu tábora? Popiš prosím, co je náplní Tvé funkce a jak se v této roli cítíš.**

*„Momentálně jsem jako vedoucí a přes rok se snažím chodit na sdružení, které se týká formální stránky, finanční stránky a chodu celého tábora. Náplní mé funkce je taková druhá maminka oddílu, cítím se v tom krásně. Myslím si, že moji kluci se v tom také cítí moc krásně. A mimo jiné také dávat pozor na děti, věnovat se jim, být tady pro ně, ale zároveň tady být i pro sebe, abych já si to užívala, bez toho to nejde.“*

#### **3. Stručně prosím popiš typ a fungování vašeho tábora.**

*„No řekla bych, že náš tábor je spíš sportovně zaměřený, hraje se tu hodně moc her, zároveň si myslím, že se snaží přiklánět k těm starším tradicím, tím pádem se snažíme o to, aby tady děti netrávily čas na telefonech, nebydli tady v hotelu, takže aby se trochu vracely trochu k tomu, jak to vypadalo dřív, aby si vyzkoušely něco, co si ve městě třeba úplně nevyzkouší nebo i jako v životě, co si úplně nevyzkouší a užily si to tady.“*

#### **4. Co Ti v průběhu konání letního tábora způsobuje největší psychickou zátěž?**

*„Šikana v oddílech u dětí, když je nějaký problém u dětí, to je asi největší zátěž, co se týče psychiky. A pak samozřejmě, když se něco nepohodne v rámci vedení, to není nikdy úplně příjemný, ale hlavně ty děti, protože ty jsou tady alfa a omega.“*

#### **5. Co tě motivuje k práci vedoucího na letním táboře?**

*„No, to je zajímavá otázka. Motivuje mě to, že to tu mám ráda a že to je tradice. Jezdím sem odmalička a nedokážu si představit tu nebýt. Zároveň chci jednou učit, tak se to akorát hodí do mojí praxe, do toho, co chci v životě dělat.“*

### **VYHODNOCENÍ KOLÁČE RADOSTI:**

V koláči této vedoucí bylo možné nalézt, již předchozích vedoucích mnohokrát zmiňovanou potřebu **podnětů a činností** a potřebu **sociálních interakcí**. Tato vedoucí se rovněž velmi odkazovala na tradici táborové činnosti, což je aspekt, který lze zahrnout do potřeb týkajících se **makroprostředí**. Tento koláč lze nalézt v přílohách pod zkratkou O2(ž).

### 6.3.3 Přepis rozhovoru – programový vedoucí

#### 1. Kolik je Ti let a od jakého věku jezdíš na tábor jako vedoucí/praktikant?

*„Je mi 24 let a jezdím od svých sedmnácti let.“*

#### 2. Jaká je Tvoje funkce v realizačním týmu tábora? Popiš prosím, co je náplní Tvé funkce a jak se v této roli cítíš.

*„Letos jsem poprvé v roli programového vedoucího, mojí náplní je organizace věcí, jako je celkově program, jeho náplň, příběh, dohlížení na to, aby to všechno dávalo nějaký smysl a svým způsobem i úkolování praktikantů a vedoucích. Upřímně se v této roli cítím celkem dobře, ale chybí mi trochu kontakt s dětmi. Ačkoliv tam nějaký je, tak je dost omezený oproti klasickému vedoucímu nebo praktikantovi.“*

#### 3. Stručně prosím popiš typ a fungování vašeho tábora.

*„Jedná se o letní dětský tábor, který je právě hodně zaměřený na ty děti. Většina vedoucích a praktikantů, co tu pracuje nebo funguje, tak pochází i z řad dětí, původně sem jezdili už jako malí, takže se jedná spíš o takovou srdeční záležitost, kdy se snažíme udělat prostě všechno pro to, aby to fungovalo, abychom si to užili my a aby si to užily i děti.“*

#### 4. Co Ti v průběhu konání letního tábora způsobuje největší psychickou zátěž?

*„No, upřímně, jsou to věci, které se musí dělat na poslední chvíli. Často se totiž stává, že se dostanu do určitého časového presu. Informovanost někdy klesne trošku do záporných hodnot, to se občas stává, a nakonec to skončí tak, že nevíme pořádně co dělat, kdy to dělat a jak to dělat. A to mi asi působí tu největší psychickou zátěž. Naštěstí těchto momentů není mnoho.“*

#### 5. Co tě motivuje k práci vedoucího na letním táboře?

*„No, abych byl upřímný, práce s dětmi mě vždycky bavila a myslím si, že to je něco, co chci dělat i do budoucna, studuju na pedagogické škole a rád bych byl jednou učitel. A tohle je jak skvělá praxe, tak je to i úžasný způsob, jak se seznámit s dětmi i mimo to školní prostředí, vidět, co je zajímavá, co je baví a poznat tu mladší generaci trochu lépe.“*

### VYHODNOCENÍ KOLÁČE RADOSTI:

Programový vedoucí do koláče také zaznamenal všechny typické potřeby táborových vedoucích, a to potřebu **podnětů a činností, sociálních interakcí, rozvoje dětí a úspěchu či výkonu**. V přílohách se koláč nachází pod zkratkou PG2.

### 6.3.4 Přepis rozhovoru – praktikant

#### 1. Kolik je Ti let a od jakého věku jezdíš na tábor jako vedoucí/praktikant?

*„Je mi 17 a jezdím na tábory jako praktikant od šestnácti.“*

#### 2. Jaká je Tvoje funkce v realizačním týmu tábora? Popiš prosím, co je náplní Tvé funkce a jak se v této roli cítíš.

*„No pracovník, co je potřeba, to udělám. A v podstatě po technický stránce, údržba tábora, příprava a realizace her, asi tak bych to nazval. Prostě kde je co potřeba, tam jdu já a udělám to. A jak se cítím? Je to fajn, vlastně mě to baví, jo je to prima, není tam ta zodpovědnost za ty děti a je to dost na pohodu.“*

#### 3. Stručně prosím popiš typ a fungování vašeho tábora.

*„Letní dětský tábor, stálý denní režim, jasný řád každého dne a spousta fajn lidí, kteří jsou naprosto zapálení pro to, udělat dětem radost, a myslím si, že na mnoha jiných táborech nedělají takovou spoustu úplných maličností a občas i trošku kravin. Fakt si myslím, že tady pro ty děti děláme první poslední a všichni to děláme strašně rádi.“*

#### 4. Co Ti v průběhu konání letního tábora způsobuje největší psychickou zátěž?

*„No asi, to není úplně psychická zátěž, ale třeba když je člověk nevyspalý a musí fungovat ráno, protože samozřejmě je to náročný. Člověk tady běhá, není zvyklý přes rok, všude se jezdí třeba autobusem a málo se chodí pěšky, a tady ten tábor je velikej a už jenom tady člověk nachodí kilometrů přes den, samozřejmě to je pak znát a potom samozřejmě se to projeví i na psychice občas. Ale nemyslím si, že bych tady někdy byl vyloženě psychicky zatížen. Většinou to je tak, že člověka občas něco naštvě, ale není to že by z toho byly nějaký psychický újmy.“*

#### 5. Co tě motivuje k práci vedoucího na letním táboře?

*„Tak určitě ta radost z toho, že ty děti mají radost. Mám rád to místo, mám rád ty lidi, se kterýma se ten tábor dělá, a asi mě určitým způsobem baví práce s dětma.“*

### VYHODNOCENÍ KOLÁČE RADOSTI:

V koláči tohoto praktikanta se objevily stejné potřeby jako u předchozích vedoucích. Tedy potřeby **podnětů a činností**, potřeby **sociálních interakcí**, potřeba **rozvoje dětí a práce s nimi**, potřeba **úspěchu a výkonu**. V přílohách je koláč nadepsán zkratkou PR2.

#### 6.4 Zhodnocení rozhovorů a koláčů radosti – 2. tým

Stejně jako v případě prvního spolku i zde jsou jasně viditelné rozdíly ve zdrojích zátěže u jednotlivých vedoucích. S prvním týmem se ohledně motivujícího prvku shodli dva vedoucí z druhého týmu. Avšak zatímco v prvním kolektivu byl pro všechny oslovené motivací samotný tým vedoucích, zde se vedoucí shodovali na tom, že je pro ně důležitým podnětem samotná práce s dětmi. Na rozdíl od prvního týmu se zde téměř nevyskytovala zmínka o konfliktech mezi vedoucími pramenící z únavy vedoucích. Podle názoru, získaného od programového vedoucího mimo polostrukturovaný rozhovor, to může souviset s komfortnějším zázemím, které děti i vedoucí mají k dispozici a nemusejí se tolik starat o základní potřeby jako jsou dovoz pitné vody, obstarání dřeva na topení nebo výpomoc v kuchyni. To jim poskytuje více času na odpočinek a na věnování se samotným dětem.

Tabulka 11 Interview 2. tým

| Role                    | Zdroj zátěže                                       | Motivace                          |
|-------------------------|--|-----------------------------------|
| Oddílový vedoucí – muž  | Děti vyžadující nadměrnou pozornost                | Práce s dětmi, kolektiv vedoucích |
| Oddílový vedoucí – žena | Šikana u dětí, zbytečné konflikty v týmu vedoucích | Tradice                           |
| Programový vedoucí      | Časový přes, komunikace                            | Práce s dětmi                     |
| Praktikant              | Fyzická náročnost, únava                           | Práce s dětmi, kolektiv vedoucích |

Také druhý tým v rámci rozhovorů vyplňoval koláče radosti. Oslovení vedoucí se, podobně jako v prvním týmu, shodovali v potřebách podnětů/činností, sociálních interakcí a rozvoje dětí. Potřeby elementární, bezpečí/jistoty a seberealizace nebyly zmíněny ani v jednom případě. Potřeby výkonu/úspěchu se v koláčích objevily dvakrát, potřeby týkající se makroprostředí jednou. Informace získané z těchto nástrojů přehledově shrnuje tabulka na str 77.

**Tabulka 12 Vyhodnocení koláčů radosti - 2. tým**

| Potřeby           | O2 (m) | O2 (ž) | PG2 | PR2 |
|-------------------|--------|--------|-----|-----|
| Elementární       | X      | X      | X   | X   |
| Bezpečí, jistoty  | X      | X      | X   | X   |
| Podněty, činnosti | ✓      | ✓      | ✓   | ✓   |
| Soc. interakcí    | ✓      | ✓      | ✓   | ✓   |
| Rozvoje dětí      | ✓      | X      | ✓   | ✓   |
| Výkonu, úspěchu   | X      | X      | ✓   | ✓   |
| Makroprostředí    | X      | ✓      | X   | X   |
| Seberealizace     | X      | X      | X   | X   |

## Shrnutí výsledků a diskuze

Tato část práce slouží ke shrnutí získaných poznatků a jejich porovnání s dostupnými odbornými zdroji k tématu, a to s monografiemi, ale také s články v pedagogických a psychologických časopisech.

Skupinu respondentů kvantitativní části výzkumu z většiny tvořily ženy (viz Graf 1). Nejpočetnějším věkovým rozhraním byla skupina ve věku 21 – 30 let (viz Graf 2). V otázce finančního ohodnocení táborové činnosti se 58 % dotázaných shodlo na tom, že se táborničení s dětmi věnují bez nároku na finanční odměnu, tedy jako dobrovolníci. Tento závěr v podstatě potvrzují výsledky získané v rámci výzkumu publikovaného Českou radou dětí a mládeže v roce 2024, kdy největší skupinu dobrovolníků tvořila věková skupina mezi 24 – 29 lety. Dobrovolničení častěji uváděly ženy na rozdíl od mužů a jako nejrozšířenější oblast dobrovolnické práce byla uvedena péče o děti a mládež.

Potřeba rozvoje dětí a práce s nimi je typickým znakem táborových vedoucích. Toto tvrzení nyní může být podpořeno také výsledkem kvalitativní části výzkumu k této diplomové práci, konkrétně výsledky koláčů radosti, jež byly doplňkovým nástrojem k polostrukturovaným rozhovorům. Z těchto koláčů vyplynulo, že většina z devíti oslovených vedoucích cítí právě tuto potřebu.

Jiný výzkum ČRD, realizovaný v roce 2023 pak zjistil, že v České republice je nejvyužívanější formou táborového ubytování využití stanů. Tyto údaje lze na základě výše realizovaného výzkumu potvrdit, neboť respondenti, oslovení v rámci výzkumu pro tuto diplomovou práci, nejčastěji uváděli jako formu ubytování na jejich táboře stany s podsadou (viz Graf 4).

Kolektiv autorů v publikaci *Velká kniha o táborech* uvádí rozdělení táborů podle počtu zúčastněných dětí. Autoři knihy uvádějí, že tábory, kde je více než 80 dětí, jsou organizačně velmi náročné. Z toho by se dalo usuzovat, že tábory s větším počtem dětí jsou pro přítomné vedoucí zdrojem silnější zátěže. Data sesbíraná v dotazníkovém šetření realizovaném pro účely této práce však překvapivě ukázala opak. Vyšší míru zátěže a stresu uváděli respondenti z táborů, kterých se účastní do 55 dětí (viz Graf 13).

Z dotazníkového šetření dále vyplynulo, že pro táborové vedoucí jsou největším zdrojem zátěže negativní vztahy v kolektivu. Tuto skutečnost zmínilo i několik vedoucích, s nimiž byla realizována interview. Uvedená zjištění podporují i slova Krninského (2012) a Pelánka (2008), podle nichž jsou nejvýznamnějším zdrojem zátěže

pedagogů právě negativní vztahy v pracovním kolektivu, a to nejen u učitelů, ale také pedagogů v oblasti volnočasové pedagogiky. Z koláčů radosti oslovených devíti respondentů bylo možné vyčíst, že pro všechny tyto vedoucí jsou motivační silou sociální interakce, tedy vztahy s druhými lidmi. Na tábore to představují kolegové z realizačního týmu. V případě, že jsou vztahy v kolektivu jakkoliv negativně narušené, táborovým vedoucím to způsobuje psychickou zátěž.

Vedoucími s nejvyšší mírou prožívaného stresu a nadměrného stresu byli programoví vedoucí, tuto skutečnost uvedlo 45,5 % těchto vedoucích (36,4 % stres a 9,1 % nadměrný stres). Oproti jiným rolím byli programoví vedoucí také jedinou skupinou, ve které žádný respondent neuvedl, že na tábore nepociťuje žádnou psychickou zátěž. Zajímavé údaje v oblasti prožívání zátěže a stresu byly zjištěny u hlavních vedoucích. Ti byli co se týče vnímání zátěže, stresu a nadměrného stresu na pomyslné druhé příčce, hned za programovými vedoucími, ačkoliv mezi nimi byl výrazný rozdíl. Stresující či velmi stresující jsou tábory pro 27,2 % hlavních vedoucích. Hlavní vedoucí byli zároveň skupinou, v níž nejvíce respondentů uvedlo, že na táborech neprožívají žádnou psychickou zátěž (viz Graf 8). Jako průměrnou zátěž tábory vnímají nejvíce zdravotníci a oddíloví vedoucí. Zajímavostí také je, že dotazníkoví respondenti se na zdrojích zátěže shodovali, v rámci interview však každý oslovený vedoucí uvedl jiný zdroj zátěže. Vzhledem k tomu, že kvantitativní vzorek sestával z obsáhlejší skupiny respondentů, je možné se přiklonit k tvrzení, že na zdroje zátěže a jejich prožívání týmová role nemá zásadní vliv.

## Závěr

Cílem práce bylo zjistit zdroj psychické zátěže a její prožívání jedinci s rozličnými rolami v realizačním týmu vedoucích letního dětského tábora. Dále pak bylo cílem poukázat na to, zda prožívání psychické zátěže vedoucích ovlivňuje typ tábora (ubytování, kapacita).

Literárně – přehledová část byla rozdělena do tří kapitol. Obsahem první kapitoly bylo seznámení s historií tábornické činnosti s dětmi a mládeží především na českém území. Dále byl zmíněn přehled nejdůležitějších právních předpisů – zákonů a vyhlášek, které upravují problematiku pořádání nejen letních táborů pro děti. V závěru první kapitoly byly prezentovány různé typy táborů a formy ubytování, s nimiž se lze v oblasti táboričení v Čechách setkat. Druhá kapitola se věnovala samotným táborovým vedoucím, jejich osobnostním charakteristikám a týmovým rolím, které se objevují téměř ve všech táborových kolektivech. Poslední kapitola obsahovala základní poznatky z oblasti psychické zátěže, stresu a copingových strategií využívaných pedagogickými pracovníky i výchovnými pracovníky na letních dětských táborech.

V empirické části, také členěné do tří kapitol, byla nejprve popsána metodika realizovaného výzkumu – cíle výzkumu a předpoklady vztahující se k dotazníkovému šetření, výzkumný soubor a nakonec zvolené výzkumné metody. Jelikož se jednalo o smíšený výzkum, bylo využito dvou výzkumných metod, a to dotazníku vlastní konstrukce a polostrukturovaného interview. Zapotřebí tedy bylo dvou skupin výzkumného souboru. V části kvantitativní tento soubor představovalo 201 osob, žen i mužů ve věku 15 až 40 let, z téměř 70 organizací a spolků pořádajících letní tábory pro děti a mládež. Kompletní seznam těchto organizací je uveden v přílohách práce. Pro kvalitativní část byla výzkumným souborem skupina 9 osob (3 ženy a 6 mužů) ze dvou zapsaných spolků, jejichž hlavní činností je právě organizace letního dětského tábora.

Následoval popis a zhodnocení získaných dat. Z dotazníků vyplynulo, že zdroje psychické zátěže u vedoucích se neliší podle jejich role v týmu – pro téměř všechny role byly největším zdrojem zátěže negativní vztahy v rámci kolektivu a nedostatek odpočinku. Odchylka byla zaznamenána u programových vedoucích, pro které byly navíc poměrně výrazným, ale nikoliv tím největším zdrojem zátěže také organizační problémy. Pokud jde o celkové prožívání psychické zátěže a stresu, tam se projevíly



výraznější rozdíly: nadměrnou míru zátěže a stresu pociťovali programoví vedoucí, oproti tomu oddíloví vedoucí nebo zdravotníci tábory označili jako pouze průměrně zatěžující. Vedoucí, s nimiž byly vedeny rozhovory a kteří vyplňovali koláče radosti, také často uváděli jako zdroj zátěže negativní vztahy v rámci kolektivu. Shodovali se rovněž v otázce motivace účasti na táboře, což pro většinu těchto vedoucích je paradoxně samotný realizační tým.

Ve vztahu k druhému cíli práce bylo pomocí dotazníků zjištěno, že typ tábora (ubytování, kapacita) vede k rozdílnostem v prožívání zátěže, avšak jinak než se očekávalo. Předpokladem bylo, že vyšší komfort v oblasti ubytování vede k nižší úrovni psychické zátěže. Toto se však potvrdilo pouze v rámci porovnání odpovědí respondentů využívajících k ubytování podsadové stany a chatky. Respondenti z táborů probíhajících v budovách, nabízejících podstatně větší pohodlí, překvapivě nejméně uváděli, že na táboře neprožívají žádnou psychickou zátěž a zároveň byli skupinou, která nejvíce vnímala tábory jako stresující. Nicméně byli jediní, kdo ani v jednom případě neoznačili tábor jako velmi stresující (viz Graf 12). Také kapacita tábora (počet dětí), ovlivňuje prožívání psychické zátěže, avšak opačně, než bylo stanoveno v předpokladu. Sesbíraná data ukázala, že jako zatěžující, stresující a velmi stresující jsou více prožívány tábory, kterých se účastní do 55 dětí. Respondenti z táborů s více než 55 dětmi, tuto skutečnost uváděli v menší míře. Některé stanovené předpoklady se tedy sice nepotvrdily, nicméně rozdílnosti v prožívání nalezeny byly, tudíž lze považovat cíle práce za splněné.

Závěrem lze shrnout, že za největší zdroj psychické zátěže jsou považovány negativní vztahy v kolektivu, ale zároveň samotný kolektiv je vnímán jako zdroj motivace pro účast na táboře. K prevenci zátěže u táborových vedoucích by mohlo prospět průběžné organizování teambuildingových a teamspiritových aktivit, podporujících převážně komunikaci a spolupráci mezi všemi členy týmu.

## Seznam použitých zdrojů

- Andresová, N., 2024. Letní tábory 2023. In: *Česká rada dětí a mládeže* [online]. 8. 3. 2024 [vid. 25. 3. 2024]. Dostupné z: <https://crdm.cz/clanky/youthwiki/letni-tabory-2023/?fbclid=IwAR1i0OVYBJ7pIzlk17hFY20ykkpQNRNWAYioRm2PmdRWvqrjY0Y3XAAhHVk>
- Andresová, N., 2024. Mladí lidé a dobrovolnictví: „Když mě někdo požádá, tak neváhám a pomohu“. In: *Česká rada dětí a mládeže* [online]. 18. 3. 2024 [vid. 26. 3. 2024]. Dostupné z: <https://crdm.cz/clanky/youthwiki/mladi-lide-a-dobrovolnictvi-kdyz-me-nekdo-pozada-tak-nevaham-a-pomohu/>
- Bartoňová, A., Smetáčková, I., 2020. Učitelské vyhoření v perspektivě školních psychologů. *E-psychologie*, roč. 14, č. 2, s. 37 – 51. ISSN 1802-8853.
- Bendl, S., 2015. *Vychovatelství: Učebnice teoretických základů oboru*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4248-9.
- Brabcová, D., Kohout, J., 2018. Psychometrické ověření české verze škály vnímaného stresu. *E-psychologie*, roč. 12, č.1, s. 37 – 52. ISSN 1802-8853.
- Burda, J., Šlosarová, V. a kol., 2008. *Tábory a další zotavovací akce*. Praha: NIDM MŠMT. ISBN 978-80-86784-59-5.
- Červinka, J., 2017. *Hurá na tábor!* Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1178-5.
- Franc, M., Knapík, J., 2013. *Volný čas v českých zemích 1957 – 1967*. Praha: Academia. ISBN 978-80-200-2229-5.
- Gavora, P., 1996. *Výzkumné metody v pedagogice*. Brno: Paido. ISBN 80-85931-15-X.
- Gavora, P., 2000. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido. ISBN 80-85931-79-6.
- Gillernová, I., 2015. Motivace lidského chování. In: Gillernová, I., Šípek, J. a kol.: *Vybrané kapitoly z psychologie pro každého*. Studijní text. Praha: FF UK, s. 34 – 35, ISBN 978-80-7308-568-1.
- Hájek, B., Harmach, J., 2004. *Děti, vedoucí, volný čas*. Praha: IDM MŠMT. ISBN 80-86784-06-1.
- Hanuš, R., Chytilová, L., 2009. *Zážitkově pedagogické učení*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2816-2.
- Hlaváčová, P., 2023. Jak hledat a vychovávat nové vedoucí? *Archa: zpravodaj o výchově a využití volného času dětí a mládeže*, roč. 25, č. 2, s. 2. ISSN 1212-5016.
- Chráška, M., 2007. *Metody pedagogického výzkumu*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1369-4.

- Jedlička, R. a kol., 2015. *Poruchy socializace u dětí a dospívajících*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5447-5.
- Junák – český skaut, 2023. Podsada slaví 110 let. *Archa: zpravodaj o výchově a využití volného času dětí a mládeže*, roč. 25, č. 5, s. 4. ISSN 1212-5016.
- Kaplánek, M., 2019. Etická dimenze profese pedagoga volného času. *Orbis Scholae*, roč. 13, č. 1, s. 31 – 44. ISSN 1802-4637.
- Kolek, F., 2022. *Zdravotník – první pomoc pro pedagogické pracovníky a pořadatele dětských táborů*. Praha: Grada. ISBN 978-80-271-3685-8.
- Kolektiv autorů, 1978. *Pionýrská encyklopedie 2*. Praha: Mladá fronta. ISBN 23-095-78.
- Kolektiv autorů, 2022. *Velká kniha o táborech*. Prostějov: Computer Media. ISBN 978-80-7402454-2.
- Kožinová, D., 2022. *Jak zvládnout stres a posílit odolnost*. Praha: Grada. ISBN 978-80-271-3413-7.
- Krajčí, M., 2023. Konec povinnosti potravinářských průkazů. In: Česká rada dětí a mládeže [online]. 26. 6. 2023 [vid. 18. 11. 2023]. Dostupné z: <https://crdm.cz/clanky/aktuality/konec-povinnosti-potravinarskych-prukazu/>
- Kriegelová, M., 2008. *Záměrné sebepoškozování v dětství a adolescenci*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2333-4.
- Krninský, L., 2012. Pracovní zátěž a stres v povolání učitele (přehledová studie). *E – pedagogium*, roč. 12, č. 1, s. 82 – 108. ISSN 1213-7758.
- Křivohlavý, J., 2009. *Psychologie zdraví*. 3. vydání. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-568-4.
- Lubeznik-Warner, R., 2023. Supporting staff support youth well-being at summer camp. *Journal of youth development*, roč. 18, č. 3, s. 19 – 28. ISSN 2325-4017.
- Míček, L., Zeman, V., 1997. *Učitel a stres*. 2. vydání. Opava: Vade mecum. ISBN 80-86041-25-5.
- Mlčák, Z., 2000. K teoretickému paradigmatu psychické zátěže učitelů. *Pedagogická orientace*, roč. 10, č. 3, s. 12 – 24. ISSN 1211-4669.
- Necpalová, K. aj., 2023. Sebehodnocení a rysy osobnosti u výchovných pracovníků dětských táborů. *E – psychologie*, roč. 17, č. 1, s. 1 – 12. ISSN 1802-8853.
- Ocisková, M., Praško, J., 2015. *Stigmatizace a sebestigmatizace u psychických poruch*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5199-3.

- Paulík, K., 2017. *Psychologie lidské odolnosti*. 2. vydání. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5646-2.
- Pelánek, R., 2008. *Příručka instruktora zážitkových akcí*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-353-6.
- Pelikán, J., 2011. *Základy empirického výzkumu pedagogických jevů*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1916-3.
- Pugnerová, M., 2019. *Psychologie: pro studenty pedagogických oborů*. Praha: Grada. ISBN 978-80-271-0532-8.
- Schäferová, A., 2022. *Zdroje psychické zátěže u pedagogických pracovníků při volnočasových pobytových akcích*. Liberec: Technická univerzita, bakalářská práce.
- Skutil, M. a kol., 2011. *Základy pedagogicko-psychologického výzkumu pro studenty učitelství*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-778-7.
- Smetáčková, I., Martanová, V., 2020. Strategie zvládání stresu vyučujícími v základních školách. *Orbis Scholae*, roč. 14, č. 1, s. 101 – 119. ISSN 1802-4637.
- Smetáčková, I. a kol. 2020. *Učitelské vyhoření: proč vzniká a jak se proti němu bránit*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1668-1.
- Zapletal, M., 1969. *Jak vést letní tábor*. Praha: Mladá fronta. ISBN 23-114-69.
- Zákon č. 89/2012 Sb., občanský zákoník. In: *Sbírka zákonů České republiky* [online]. 2012 [vid. 2. 2. 2024]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2012-89>
- Zákon č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů. In: *Sbírka zákonů České republiky* [online]. 2000 [vid. 12. 9. 2023]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2000-258>

## **Seznam příloh**

Příloha 1: Seznam zastoupených organizací a spolků ve výzkumu

Příloha 2: Pracovní verze výzkumných nástrojů

Příloha 3: Vzhled dotazníku na webových stránkách

Příloha 4: Vyplněné koláče radosti

## **Příloha 1: Seznam zastoupených organizací a spolků ve výzkumu**

Dotazování, ať už formou rozhovorů či dotazníku se zúčastnilo velké množství nadšených táborových vedoucích z mnoha organizací. Jelikož však položka v dotazníku, týkající se na domovské organizace oslovených respondentů, byla pouze nepovinnou otázkou, následující výčet pravděpodobně neobsahuje všechny zastoupené organizace. Ve výzkumu zmíněnými organizacemi byly:

- Agentura Haul
- Asociace turistických oddílů mládeže, spolek
- Aktivita Plus, Semily
- AVZO TSČ ČR, z. s.
- AZIMUT, spolek, České Budějovice
- Buřtík, z. s., Rakvice
- Centrum volného času Hrubínka
- Cestovní kancelář Agentura H+H, s. r. o., Ostrava
- Cestovní kancelář Agentura Tapaza, s. r. o., Slatinice
- Cestovní kancelář Robinson, s. r. o., Černošice
- Cestovní kancelář Topinka, s. r. o., Praha
- Český červený kříž
- Dětská agentura, z. s., Opava
- Dětský tábor Častoboř, z. s., Praha
- Duha klub Dlažka, Přerov
- Duhové prázdniny, z. s., Opava
- Dům dětí a mládeže Astra, Zlín
- Dům dětí a mládeže Větrník, Liberec
- Dům dětí a mládeže Karlovy Vary
- Dům dětí a mládeže Praha 2
- Dům dětí a mládeže Praha 3
- Dům dětí a mládeže – Dům UM, Praha 10
- Dům dětí a mládeže OSTROV Slaný
- Dům dětí a mládeže Olomouc
- Elvíra, z. s., Suchdol u Kutné Hory

- Fantasion, z. s., Praha
- Fantazie Vrchlabí, z. s.
- Hnutí Brontosaurus
- Infinitum, z. s., Hradec nad Moravicí
- IN-LINE Třinec, z. s.
- JK Šárka Protivín, z. s.
- Junák – český skaut, z. s.
- Klub netradičních sportů Kamzík, z. s., Plzeň
- Klub Pathfinder, z. s.
- Kondor, z. s.
- Kopretina Břeclav, z. s.
- Letní dětský tábor Poldík, Zruč – Senec
- Letní dětský tábor Trnávka (Mártyho tábory)
- Letní tábory, z. s., Šumperk
- Lipka – školské zařízení pro enviromentální vzdělávání, Brno
- Občanský spolek Klub organizátorů letních táborů (KOLT), Praha
- OS Profit, z. s., Skuhrov
- Pionýr, z. s.
- První táborová, z. s., Praha
- Rekreační středisko Vladimír, z. s., Šternberk
- Římskokatolická farnost, Dalešice
- Saryana s. r. o., Sadská
- Sdružení dětí a mládeže Tilia, z. s., Ústí nad Labem
- Spolek Alfa- FUN
- Spolek Bzuk, Chrudim
- Spolek pro podporu dětské rekreace a zdraví, Mileč
- Spolek Sokol
- Sportjoy, z. s., Praha
- Sportlines, a.s. – středisko volného času, Praha
- Středisko Radost, z. s., Brno
- Středisko volného času ROROŠ, Nové Město pod Smrkem
- Středověk neskončil, z. s., Úvaly

- Tábor Blaník
- Tábory Fortescue, Přelouč
- Tábory křesťanské mládeže
- Tábory OKO, Eldorado, z. s., Strančice
- Tábor SEČ
- Veselá věda kroužky a tábory, z. ú., Český Dub
- Vesmír Říčany, z. s.
- Vestanusu, z. s., Pečky
- Základní škola Olomouc
- Zicherka, z.s.
- Zvědavý Medvěd, z. s.



## **Příloha 2: Pracovní verze výzkumných nástrojů**

### **Dotazník na psychickou zátěž v průběhu pobytových akcí**

**1 Uveďte prosím své pohlaví:**

- žena
- muž

**2 Uveďte prosím svůj věk:**

- 15 – 17 let
- 18 – 20 let
- 21 – 30 let
- 31 – 40 let

**3 Uveďte prosím, v jaké organizaci působíte:**

**4 Jaká je Vaše týmová role v realizačním týmu letního tábora?**

- hlavní vedoucí
- oddílový vedoucí
- programový vedoucí
- praktikant/instruktor
- zdravotník
- hospodář
- kuchař
- jiná role: uveďte

**5 Vyzkoušel/a jste si v rámci Vašich táborových zkušeností více než jednu týmovou roli?**

- ano (uveďte prosím, s jakými rolemi máte zkušenost)
- ne

**6 Jak dlouhá je délka trvání letních táborů, na které většinou jezdíte?**

- kratší než týden
- týden
- dva týdny
- měsíc
- jiná délka trvání akce: uveďte prosím jaká

**7 Uveďte, jakým způsobem probíhá ubytování na Vašem táboře:**

- ve stanech bez podsady
- ve stanech s podsadou
- v teepee
- v chatičkách
- v budovách

- jinak: uveďte

**8 Je Vaše práce pedagogického dozoru na letním táboře finančně ohodnocená?** ano x ne

**9 Věnujete se, v rámci Vaší táborové organizace, volnočasovým aktivitám s dětmi a mládeží celoročně?** ano x ne

**10 Jezdil/a jste na letní tábory jako dítě?** ano x ne

**11 Máte děti?** ano x ne

**12 Jak dlouho jezdíte na letní tábory jako vedoucí/instruktor?**

- účastnil jsem se pobytové akce prvním rokem
- 2 – 5 let
- 6 – 10 let
- 11 – 15 let
- déle než 15 let

**13 Jaké je Vaše zaměstnání?**

- student/ka (upřesněte prosím obor studia)
- učitel/ka
- asistentk/a pedagoga
- pedagog volného času
- vychovatel/ka
- trenér/ka
- speciální pedagog
- sociální pracovník
- zdravotník
- jiné zaměstnání (uveďte prosím, jaké)

**14 S jakou věkovou skupinou dětí či dospívajících během letních táborů pracujete?**

- mladší než 6 let
- 6 – 11 let
- 12 – 15 let
- 16 – 18 let
- starší než 18 let
- pracuji s věkově smíšenou skupinou

**15 Kolik dětí je obvykle na Vašem táboře?**

- do 20 dětí
- 20 – 55 dětí
- 56 – 100 dětí
- 101 – 150 dětí
- více než 150 dětí

**16 Na škále od jedné do pěti uveďte, jak moc jsou pro vás dětské letní tábory stresující (1- nezažívám při nich žádnou psychickou zátěž, 5 – maximálně mě stresují):**



**17 Uveďte, jak moc jsou pro Vás následující faktory během letních táborů zatěžující:**

|   | neprožívám jako zatěžující | mírně zatěžující | zatěžující | stresující | Velmi stresující | S tímto faktorem jsem se nesetkal/a |
|---|----------------------------|------------------|------------|------------|------------------|-------------------------------------|
| Komunikace s rodiči                       |                            |                  |            |            |                  |                                     |
| Dítě s výchovnými problémy                |                            |                  |            |            |                  |                                     |
| Dítě ze sociálně znevýhodněného prostředí |                            |                  |            |            |                  |                                     |
| Péče o dítě s mentálním postižením        |                            |                  |            |            |                  |                                     |
| Péče o dítě s tělesným postižením         |                            |                  |            |            |                  |                                     |
| Péče o dítě se smyslovým postižením       |                            |                  |            |            |                  |                                     |
| Organizační problémy                      |                            |                  |            |            |                  |                                     |
| Finanční ohodnocení                       |                            |                  |            |            |                  |                                     |
| Negativní vztahy v kolektivu              |                            |                  |            |            |                  |                                     |
| Nedostatek odpočinku                      |                            |                  |            |            |                  |                                     |
| Jiné obtíže (konkretizujte jaké)          |                            |                  |            |            |                  |                                     |

**18 Kterou z následujících situací zažíváte, když jste v průběhu letního tábora ve stresu?**

- nespavost
- neklid
- podrážděnost
- bolesti hlavy
- nevolnost, nechutenství
- dechové obtíže
- bušení srdce
- pocit vyčerpání

- jiné: uveďte
- nepociťuji stres

**19 Se kterým z následujících tvrzení, ohledně stresu během letního tábora, nejvíce souhlasíte?**

- Na letním táboře stres nepociťuji.
- Když pociťuji stres, snažím se od něj odpoutat pomocí příjemných aktivit – např. sportem, hudbou, kreativní činností.
- Když pociťuji stres, neustále o problému mluvím a přemýšlím o něm.
- Když pociťuji stres, snažím se na něj nemyslet, zapomenout.
- Když pociťuji stres, pomůže mi stáhnout se do ústraní.
- Když pociťuji stres, snažím se vyhledat někoho, kdo umí situaci vyřešit.
- Když pociťuji stres, zvýšeně kouřím.
- Když pociťuji stres, pomůže mi dobré jídlo.
- Když pociťuji stres, uklidní mě hraní her na mobilním telefonu.
- Když pociťuji stres, uleví mi léky na uklidnění.
- Když pociťuji stres, uleví mi alkohol.
- Když pociťuji stres, nic mi neuleví.

**20 Jakou formou nejčastěji relaxujete během letního tábora?**

- sport
- pobyt v přírodě
- četba
- poslech hudby
- komunikace a zábava mobilním telefonem
- výtvarné aktivity (kreslení, malování)
- jiná umělecká činnost (zpěv, tanec, divadlo)
- hraní deskových nebo karetních her
- aktivity se zvířaty
- opuštění prostředí tábořiště
- spánek
- jiné: uveďte

**21 Pociťoval/a jste během letního tábora některý z následujících stavů? Uveďte prosím, který**

- nesoustředěnost
- sklíčenost
- bezmoc

- strach, úzkost
- ztráta sebeovládání
- ztráta nadšení pro práci
- péče o děti mě obtěžuje
- kolegové mě rozčilují
- nespokojenost s vlastní prací
- ztráta motivace
- pocit selhání
- žádný z uvedených stavů jsem nepocíťoval/a

**22 Měl/a jste někdy během pobytové akce pocit, že se již další takové akce nechcete zúčastnit?** ano x ne x nevím

**23 Domníváte se, že trpíte syndromem vyhoření?** ano x ne x nevím co je syndrom vyhoření

### **Otázky pro rozhovory**

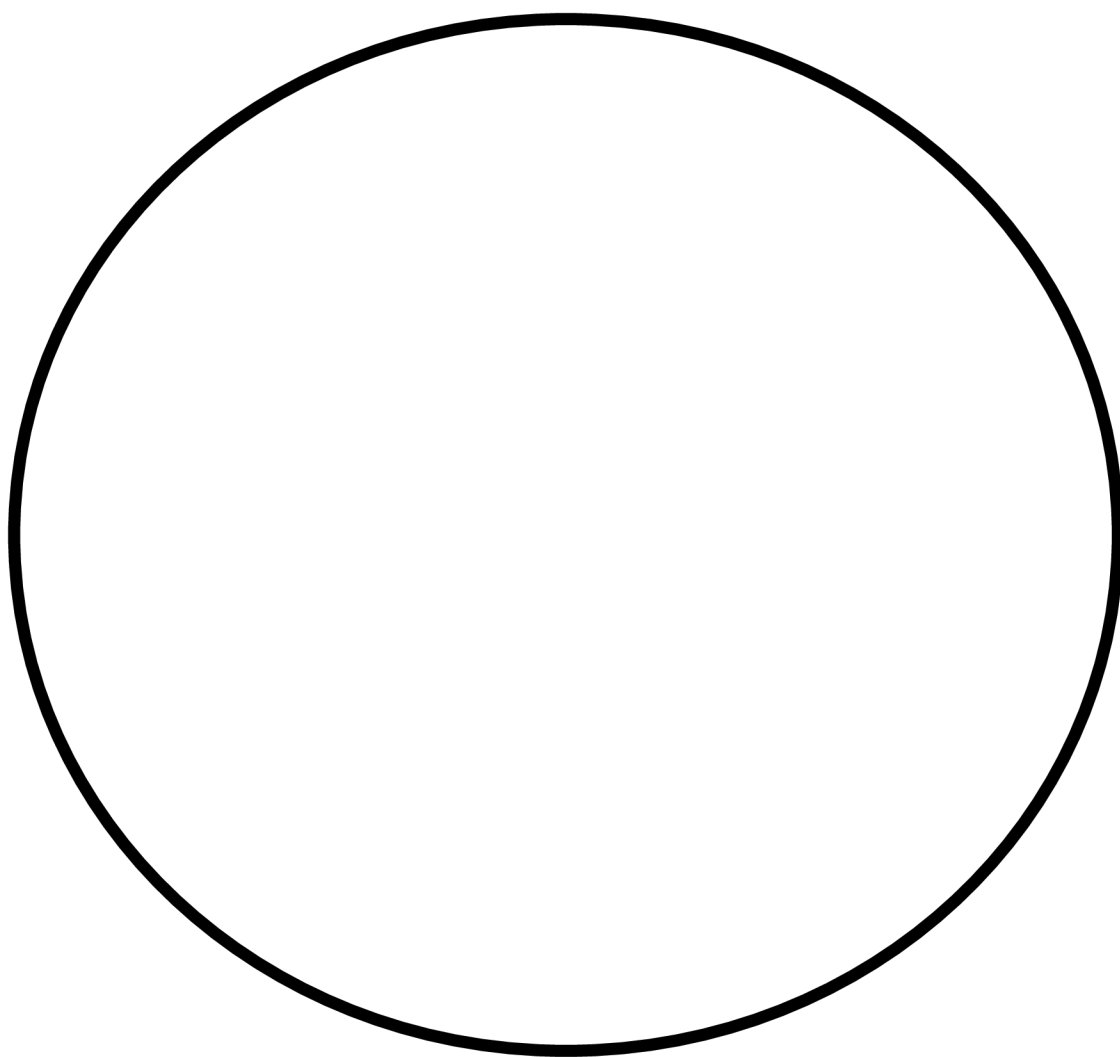
- 1 Kolik je Vám let a od jakého věku jezdíte na tábor jako vedoucí/praktikant?
- 2 Jaká je Vaše funkce v realizačním týmu tábora? Popište prosím, co je náplní Vaší funkce a jak se v této roli cítíte?
- 3 Stručně popište typ a fungování Vašeho tábora
- 4 Co Vám v průběhu konání letního tábora způsobuje největší psychickou zátěž?
- 5 Co Vás motivuje k práci pedagogického dozoru na letním táboře?

## KOLÁČ RADOSTI

**Radost** může člověku udělat mnoho věcí či událostí. **Co dělá radost Tobě?** Co Tě těší a přináší uspokojení?

Zkus to vepsat do kruhu – KOLÁČE RADOSTI. KOLÁČ můžeš rozdělit, na kolik dílů chceš, podle toho, kolik věcí, jevů, vztahů, událostí či situací Ti přináší radost. Tomu, co Ti dělá velkou radost, nech velký díl KOLÁČE a vepiš to tam. Z čeho máš radost menší, vepiš do menšího dílu atd.

Rozmysli si, co všechno je Tvou radostí a kolik dílů bude mít Tvůj KOLÁČ RADOSTI.



Prostor pro případné doplnění, komentáře:

### Příloha 3: Vzhled dotazníku na webových stránkách

**Týmové role a vnímání psychické zátěže v průběhu realizace dětského letního tábora**

**Uvedte prosím své pohlaví: \***

žena

muž

**Uvedte prosím svůj věk: \***

15 - 17 let

18 - 20 let

21 - 30 let

31 - 40 let

**Uvedte prosím, v jaké organizaci působíte:**

**Jaká je Vaše týmová role v realizačním týmu letního tábora? \***

hlavní vedoucí

oddílový vedoucí

programový vedoucí

praktikant/instruktor

zdravotník

hospodář

kuchař

jiná role (uvedte prosím, jaká)

**Vyzkoušel/a jste si v rámci Vašich táborových zkušeností více než jednu týmovou roli? \***

ano (uvedte prosím, s jakými rolemi máte zkušenost)

ne

**Jak dlouhá je délka trvání letních táborů, na které většinou jezdíte? \***

kratší než týden

týden

dva týdny

měsíc

jiná délka trvání akce (uvedte prosím, jaká)

**Uvedte, jakým způsobem probíhá ubytování na Vašem táboře: \***

ve stanech bez podsady

ve stanech s podsadou

v teepee

v chatičkách

v budovách

jinak (upřesněte prosím)

**Je Vaše práce pedagogického dozoru na letním táboře finančně ohodnocená? \***

- ano
- ne

**Věnujete se, v rámci Vaší táborové organizace, volnočasovým aktivitám s dětmi a mládeží celoročně? \***

- ano
- ne

**Jezdil/a jste na letní tábory jako dítě? \***

- ano
- ne

**Máte děti? \***

- ano
- ne

**Jak dlouho jezdíte na letní tábory jako vedoucí/instruktor? \***

- účastnil jsem se prvním rokem
- 2 - 5 let
- 6 - 10 let
- 11 - 15 let
- déle než 15 let

**Jaké je Vaše zaměstnání? \***

- student/ka (upřesněte prosím, zaměření studia)
- učitel/ka
- asistent/ka pedagoga
- pedagog volného času
- vychovatel/ka
- trenér/ka
- speciální pedagog
- sociální pracovník
- zdravotník
- jiné zaměstnání (uvedte prosím, jaké)

**S jakou věkovou skupinou dětí či dospívajících během letních táborů pracujete? \***

- mladší než 6 let
- 6 - 11 let
- 12 - 15 let
- 16 - 18 let
- starší než 18 let
- pracuji s věkově smíšenou skupinou



**Kolik dětí se obvykle zúčastňuje Vašeho tábora? \***

- do 20 dětí  
 20 - 55 dětí  
 56 - 100 dětí  
 101 - 150 dětí  
 více než 150 dětí

**Na škále od jedné do pěti uveďte, jak moc jsou pro Vás dětské letní tábory zatěžující (1- nezažívám při nich žádnou psychickou zátěž, 5 – maximálně mě stresují): \***



**Uveďte, jak moc jsou pro Vás následující faktory během letních táborů zatěžující: \***

|  |             |
|--|-------------|
| Komunikace s rodiči *                                    | (vyberte) ▾ |
| Dítě s výchovnými problémy *                             | (vyberte) ▾ |
| Dítě ze sociálně znevýhodněného prostředí *              | (vyberte) ▾ |
| Péče o dítě s mentálním postižením *                     | (vyberte) ▾ |
| Péče o dítě s tělesným postižením *                      | (vyberte) ▾ |
| Péče o dítě se smyslovým postižením *                    | (vyberte) ▾ |
| Organizační problémy *                                   | (vyberte) ▾ |
| Finanční ohodnocení *                                    | (vyberte) ▾ |
| Negativní vztahy v kolektivu vedoucích *                 | (vyberte) ▾ |
| Nedostatek odpočinku *                                   | (vyberte) ▾ |
| Jiné obtíže (konkretizujte jaké)<br><input type="text"/> | (vyberte) ▾ |

**Kterou z následujících situací zažíváte, když jste v průběhu letního tábora ve stresu? \***

- nespavost  
 neklid  
 podrážděnost  
 bolesti hlavy  
 nevolnost/nechutenství  
 dechové obtíže  
 bušení srdce  
 pocit vyčerpání  
 jiné obtíže (uveďte prosím, jaké)   
 nepocituji stres

**Se kterým z následujících tvrzení, ohledně stresu během letního tábora, nejvíce souhlasíte? \***

- Na letním táboře stres nepocítuji.
- Když pocítuji stres, snažím se od něj odpoutat pomocí příjemných aktivit – např. sportem, hudbou, kreativní činností.
- Když pocítuji stres, neustále o problému mluvím a přemýšlím o něm.
- Když pocítuji stres, snažím se na něj nemyslet, zapomenout.
- Když pocítuji stres, pomůže mi stáhnout se do ústraní.
- Když pocítuji stres, snažím se vyhledat někoho, kdo umí situaci vyřešit.
- Když pocítuji stres, zvýšeně kouřím.
- Když pocítuji stres, pomůže mi dobré jídlo.
- Když pocítuji stres, uklidní mě hraní her na mobilním telefonu.
- Když pocítuji stres, uleví mi léky na uklidnění.
- Když pocítuji stres, uleví mi alkohol.
- Když pocítuji stres, nic mi neuleví.

**Jakou formou nejčastěji relaxujete během letního tábora? \***

- sport
- pobyt v přírodě
- četba
- poslech hudby
- komunikace a zábava mobilním telefonem
- výtvarné aktivity (kreslení, malování)
- jiná umělecká činnost (zpěv, tanec, divadlo)
- hraní deskových nebo karetních her
- aktivity se zvířaty
- opuštění prostředí tábořiště
- spánek
- jiná forma (uvedte prosím, jaká)

**Pocítoval/a jste během pobytové akce některý z následujících stavů? Uvedte prosím, který: \***

- nesoustředěnost
- sklíčenost
- bezmoc
- strach, úzkost
- ztráta sebeovládání
- ztráta nadšení pro práci
- péče o děti mě obtěžuje
- kolegové mě rozčilují
- nespokojenost s vlastní prací
- ztráta motivace
- pocit selhání
- žádný z uvedených stavů jsem nepocítoval/a

**Měl/a jste někdy během pobytové akce pocit, že se již další takové akce nechcete zúčastnit? \***

- ano
- ne
- nevím

**Domníváte se, že trpíte syndromem vyhoření? \***

- ano
- ne
- nevím, co je syndrom vyhoření

Dokončit průzkum

0%

Provozováno na



Tento dotazník je určen výhradně pro studijní účely.

## Příloha 4: Vyplněné koláče radosti

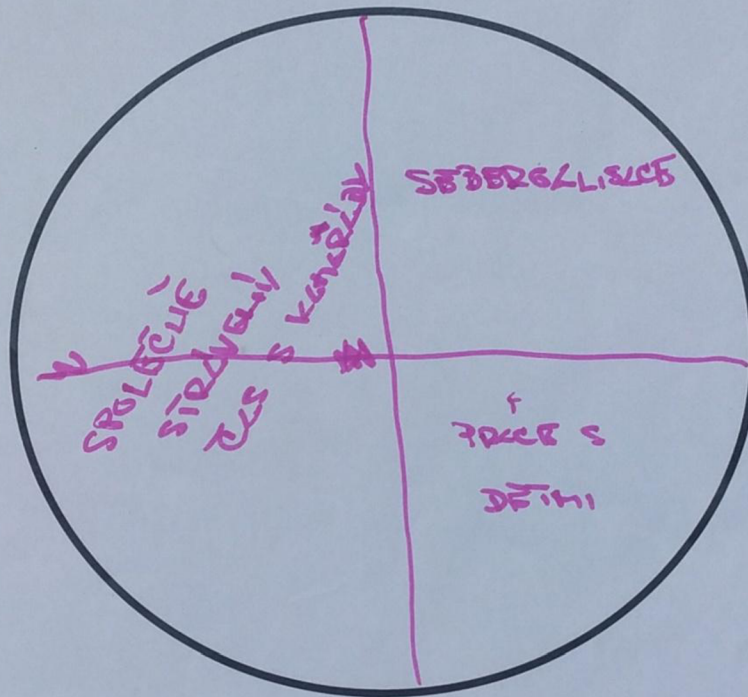
H1

### KOLÁČ RADOSTI

**Radost** může člověku udělat mnoho věcí či událostí. **Co dělá radost Tobě?** Co Tě těší a přináší uspokojení?

Zkus to vepsat do kruhu – KOLÁČE RADOSTI. KOLÁČ můžeš rozdělit, na kolik dílů chceš, podle toho, kolik věcí, jevů, vztahů, událostí či situací Ti přináší radost. Tomu, co Ti dělá velkou radost, nech velký díl KOLÁČE a vepiš to tam. Z čeho máš radost menší, vepiš do menšího dílu atd.

Rozmysli si, co všechno je Tvou radostí a kolik dílů bude mít Tvůj KOLÁČ RADOSTI.



Prostor pro případné doplnění, komentáře:

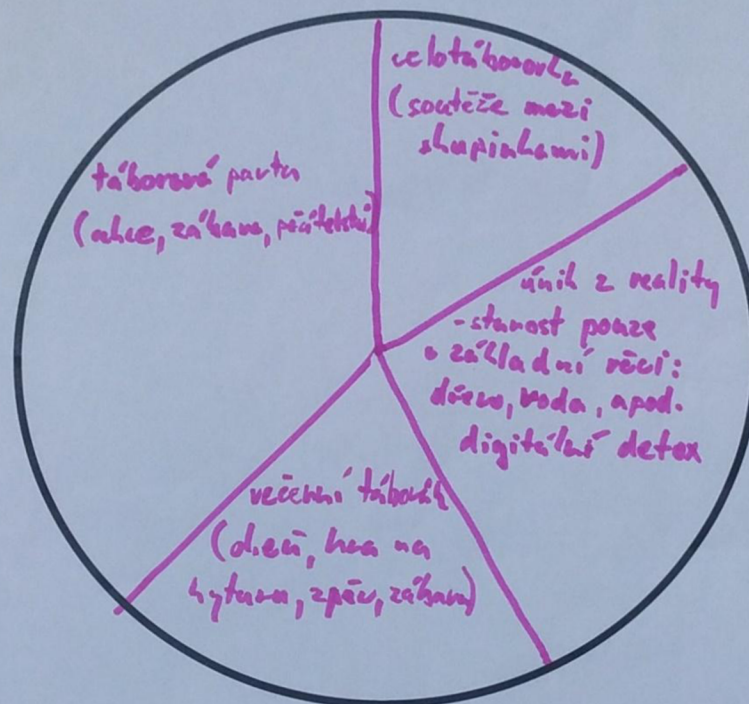
01(m)

## KOLÁČ RADOSTI

Radost může člověku udělat mnoho věcí či událostí. Co dělá radost Tobě? Co Tě těší a přináší uspokojení?

Zkus to vepsat do kruhu – KOLÁČE RADOSTI. KOLÁČ můžeš rozdělit, na kolik dílů chceš, podle toho, kolik věcí, jevů, vztahů, událostí či situací Ti přináší radost. Tomu, co Ti dělá velkou radost, nech velký díl KOLÁČE a vepiš to tam. Z čeho máš radost menší, vepiš do menšího dílu atd.

Rozmysli si, co všechno je Tvou radostí a kolik dílů bude mít Tvůj KOLÁČ RADOSTI.



Prostor pro případné doplnění, komentáře:

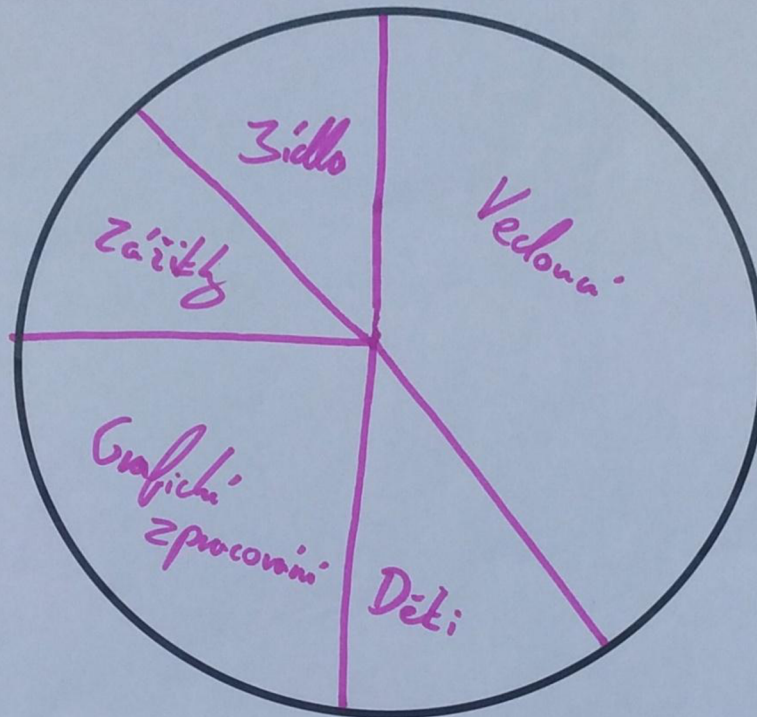
01(z)

## KOLÁČ RADOSTI

**Radost** může člověku udělat mnoho věcí či událostí. **Co dělá radost Tobě?** Co Tě těší a přináší uspokojení?

Zkus to vepsat do kruhu – KOLÁČE RADOSTI. KOLÁČ můžeš rozdělit, na kolik dílů chceš, podle toho, kolik věcí, jevů, vztahů, událostí či situací Ti přináší radost. Tomu, co Ti dělá velkou radost, nech velký díl KOLÁČE a vepiš to tam. Z čeho máš radost menší, vepiš do menšího dílu atd.

Rozmysli si, co všechno je Tvou radostí a kolik dílů bude mít Tvůj KOLÁČ RADOSTI.



Prostor pro případné doplnění, komentáře:

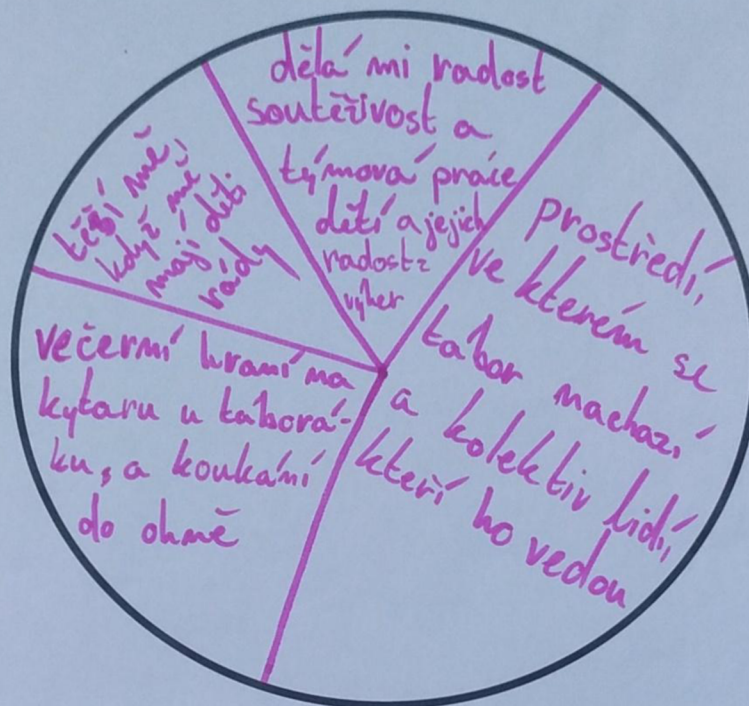
PR 1

## KOLÁČ RADOSTI

Radost může člověku udělat mnoho věcí či událostí. **Co dělá radost Tobě?** Co Tě těší a přináší uspokojení?

Zkus to vepsat do kruhu – KOLÁČE RADOSTI. KOLÁČ můžeš rozdělit, na kolik dílů chceš, podle toho, kolik věcí, jevů, vztahů, událostí či situací Ti přináší radost. Tomu, co Ti dělá velkou radost, nech velký díl KOLÁČE a vepiš to tam. Z čeho máš radost menší, vepiš do menšího dílu atd.

Rozmysli si, co všechno je Tvou radostí a kolik dílů bude mít Tvůj KOLÁČ RADOSTI.



Prostor pro případné doplnění, komentáře:

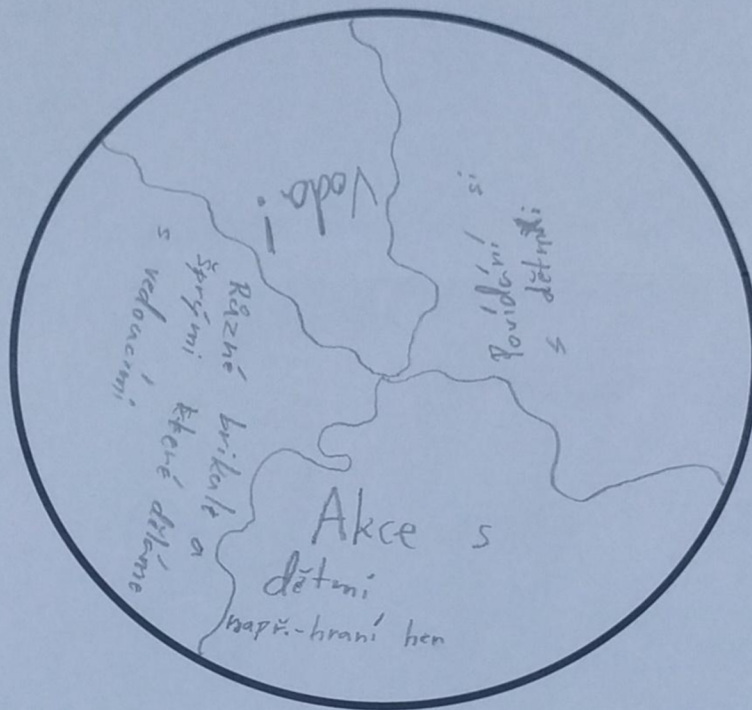
02 (m)

## KOLÁČ RADOSTI

Radost může člověku udělat mnoho věcí či událostí. Co dělá radost Tobě? Co Tě těší a přináší uspokojení?

Zkus to vepsat do kruhu – KOLÁČE RADOSTI. KOLÁČ můžeš rozdělit, na kolik dílů chceš, podle toho, kolik věcí, jevů, vztahů, událostí či situací Ti přináší radost. Tomu, co Ti dělá velkou radost, nech velký díl KOLÁČE a vepiš to tam. Z čeho máš radost menší, vepiš do menšího dílu atd.

Rozmysli si, co všechno je Tvou radostí a kolik dílů bude mít Tvůj KOLÁČ RADOSTI.



Prostor pro případné doplnění, komentáře:



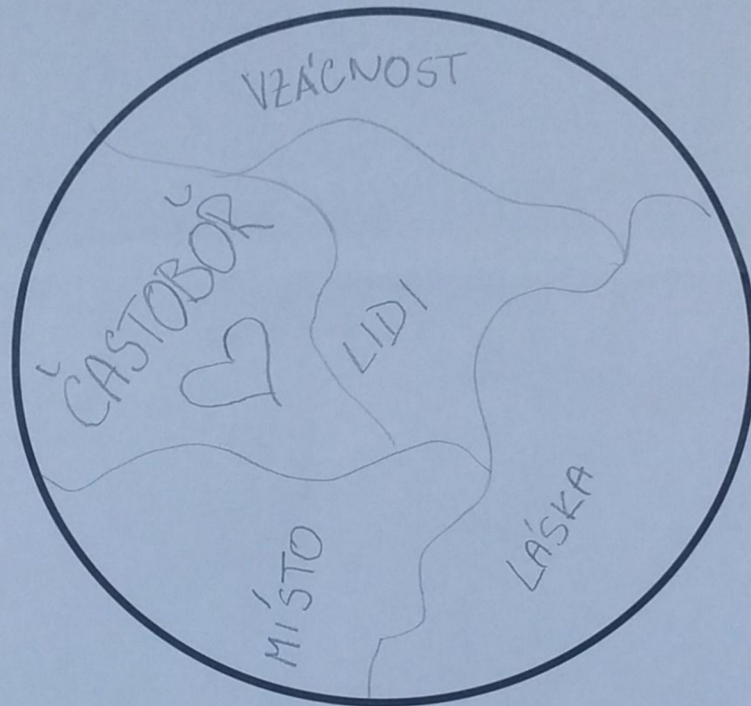
02 (z)

## KOLÁČ RADOSTI

Radost může člověku udělat mnoho věcí či událostí. Co dělá radost Tobě? Co Tě těší a přináší uspokojení?

Zkus to vepsat do kruhu – KOLÁČE RADOSTI. KOLÁČ můžeš rozdělit, na kolik dílů chceš, podle toho, kolik věcí, jevů, vztahů, událostí či situací Ti přináší radost. Tomu, co Ti dělá velkou radost, nech velký díl KOLÁČE a vepiš to tam. Z čeho máš radost menší, vepiš do menšího dílu atd.

Rozmysli si, co všechno je Tvou radostí a kolik dílů bude mít Tvůj KOLÁČ RADOSTI.



Prostor pro případné doplnění, komentáře:

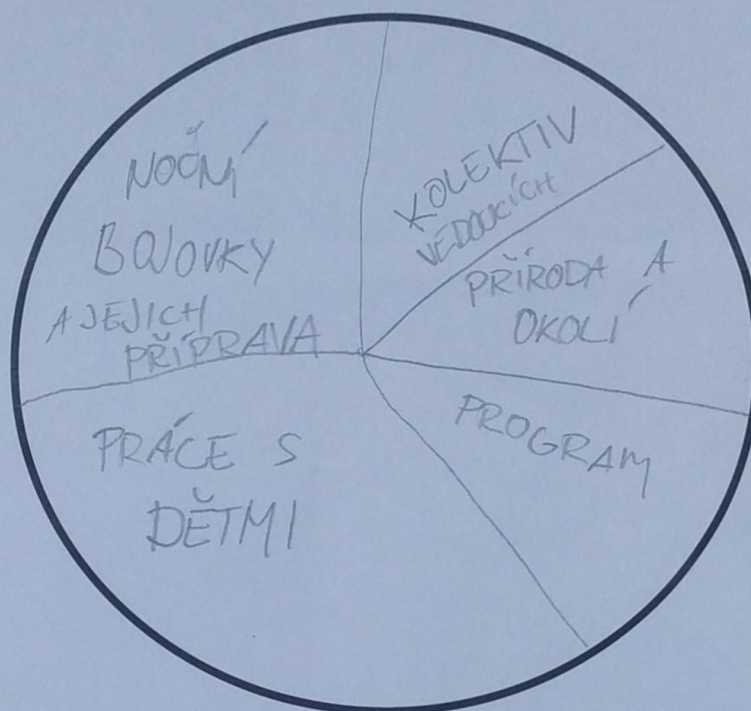
PG 2

## KOLÁČ RADOSTI

Radost může člověku udělat mnoho věcí či událostí. **Co dělá radost Tobě?** Co Tě těší a přináší uspokojení?

Zkus to vepsat do kruhu – KOLÁČE RADOSTI. KOLÁČ můžeš rozdělit, na kolik dílů chceš, podle toho, kolik věcí, jevů, vztahů, událostí či situací Ti přináší radost. Tomu, co Ti dělá velkou radost, nech velký díl KOLÁČE a vepiš to tam. Z čeho máš radost menší, vepiš do menšího dílu atd.

Rozmysli si, co všechno je Tvou radostí a kolik dílů bude mít Tvůj KOLÁČ RADOSTI.



Prostor pro případné doplnění, komentáře:

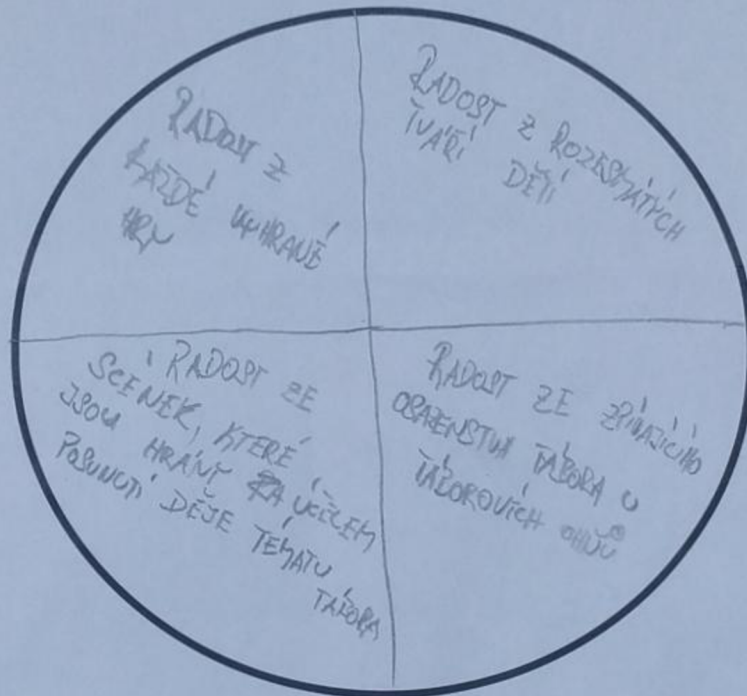
PR2

## KOLÁČ RADOSTI

Radost může člověku udělat mnoho věcí či událostí. Co dělá radost Tobě? Co Tě těší a přináší uspokojení?

Zkus to vepsat do kruhu – KOLÁČE RADOSTI. KOLÁČ můžeš rozdělit, na kolik dílů chceš, podle toho, kolik věcí, jevů, vztahů, událostí či situací Ti přináší radost. Tomu, co Ti dělá velkou radost, nech velký díl KOLÁČE a vepiš to tam. Z čeho máš radost menší, vepiš do menšího dílu atd.

Rozmysli si, co všechno je Tvou radostí a kolik dílů bude mít Tvůj KOLÁČ RADOSTI.



Prostor pro případné doplnění, komentáře: