

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Ústav speciálněpedagogických studií

Diplomová práce

Bc. Tereza Houšková

**POTENCIÁL WILDERNESS THERAPY PRO SPECIÁLNĚ
PEDAGOGICKOU PRAXI ETOPEDICKOU**

Olomouc 2016

Vedoucí práce: Mgr. Michal Růžička Ph.D.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala sama a použila jen uvedených zdrojů a literatury.

V Olomouci dne:

.....

Bc. Tereza Houšková

Touto cestou bych chtěla srdečně poděkovat vedoucímu své diplomové práce Mgr. Michalovi Růžičkovi Ph.D. za ochotu, vstřícnost, trpělivost a neutuchající pozitivní přístup, který po celou dobu tvorby práce měl. Také děkuji za skvělé metodické vedení, které mne mnohému naučilo.

Velmi děkuji, Mgr. Janě Olejníčkové Ph.D. za metodickou i psychickou podporu, kterou mi poskytovala v průběhu psaní diplomové práce.

Děkuji Mgr. Janě Švecové, jakožto zdroji nové energie a nápadů pro zpracování tématu. Také ji děkuji za poskytnutí osobních materiálů a zkušeností na poli WT, které jsem mohla v práci využít.

V neposlední řadě opravdu velmi děkuji všem pěti dotazovaným dámám, které mi poskytly nejen rozhovory, ale také celou řadu doporučení a informací.

OBSAH

| | |
|--|-----------|
| ÚVOD | 6 |
| TEORETICKÁ ČÁST | 8 |
| 1 RIZIKOVÉ CHOVÁNÍ | 8 |
| 1.1 VYMEZENÍ RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ | 8 |
| 1.1.1 Širší definice rizikového chování | 8 |
| 1.1.2 Užší definice rizikového chování | 9 |
| 1.1.3 Youth at risk | 10 |
| 1.2 SYNDROM RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ | 10 |
| 1.3 MOTIVACE A FAKTORY RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ | 11 |
| 1.3.1 Klasifikace rizikového chování na základě jeho motivů a funkce | 11 |
| 1.3.2 Dělení motivů rizikového chování | 12 |
| 1.3.3 Faktory ovlivňující rozvoj a motiv rizikového chování | 12 |
| 2 VÝCHODISKA FORMY PRÁCE..... | 13 |
| 2.1 BIOLOGICKÉ VÝCHODISKO..... | 13 |
| 2.1.1 Biologický vývoj pubescentů (11 až 15let) | 14 |
| 2.1.2 Biologický vývoj adolescentů (15-20 let) | 15 |
| 2.2 PSYCHOLOGICKÉ VÝCHODISKO..... | 15 |
| 2.2.1 Psychologický vývoj pubescentů | 15 |
| 2.2.2 Psychologický vývoj adolescentů..... | 17 |
| 2.3 SOCIÁLNÍ VÝCHODISKO | 18 |
| 2.3.1 Sociální vývoj pubescentů | 18 |
| 2.3.2 Sociální vývoj adolescentů | 19 |
| 2.3.3 Rodina jako sociální činitel | 19 |
| 2.4 SPIRITUÁLNÍ VÝCHODISKO | 22 |
| 2.4.1 Spiritualita v dospívání..... | 23 |
| 2.4.2 Přejíždové rituály | 23 |
| 2.4.3 Iniciační rituály..... | 24 |
| 3 WILDERNESS THERAPY | 27 |
| 3.1 VYMEZENÍ WILDERNESS THERAPY | 27 |

| | | |
|----------|---|-----------|
| 3.2 | KLIENTELA WILDERNESS THERAPY | 28 |
| 3.3 | ADVENTURE THERAPY | 28 |
| 3.4 | ZÁŽITKOVÁ PEDAGOGIKA | 30 |
| | PRAKTICKÁ ČÁST | 32 |
| 4 | METODOLOGIE VÝKUMU | 32 |
| 4.1 | CÍL PRAKTICKÉ PRÁCE | 32 |
| 4.2 | VÝZKUMNÝ SOUBOR | 32 |
| 4.3 | METODA SBĚRU DAT..... | 34 |
| 4.4 | ANALÝZA A INTERPRETACE VÝSLEDKŮ | 35 |
| 4.4.1 | Obsahová analýza | 35 |
| 4.4.2 | Kategorie | 36 |
| 5 | ANLÝZA VÝZKUMU | 37 |
| 5.1 | KATEGORIE: VÝZNAM | 37 |
| 5.2 | KATEGORIE: WILDERNESS TERAPEUT..... | 39 |
| 5.3 | KATEGORIE: ORGANIAZCE WT- TECHNICKÁ ČÁST | 42 |
| 5.4 | KATEGORIE: ORGANIZACE WT TERAPEUTICKÁ ČÁST..... | 48 |
| 5.5 | KATEGORIE: PROJEVY RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ VE SPOJITOSTI WT..... | 55 |
| 6 | INTERPRETACE VÝSLEDKŮ ANALÝZY | 59 |
| 6.1 | ZÁVĚRY INTERPRETACE VÝSLEDKŮ ANALÝZY | 64 |
| 7 | DISKUZE | 66 |
| 8 | ZÁVĚR | 71 |
| | SEZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH CITACÍ..... | 72 |
| | SEZNAM PŘÍLOH | 75 |

ÚVOD

Dnešní společnost moderní doby je známá narůstajícím výskytem osob, které trpí duševním onemocněním, či jiným „označováním“, jako je „*hyperaktivní dítě*“ či „*rizikově se chovající mladiství*“ a další. Když se na tyto fenomény podíváme, mohou se nám asociovat slova jako: rychlost doby, město, shon, zmatek. Oblast zkoumání, kterou jsme si vybrali pro účely této práce, je zaměřená zcela přesně na tento jev. Wilderness therapy (ve volném překladu terapie divočinou), jakožto koncept vycházející ze států Severní Ameriky, se soustředí na prožívání v jeho nejuvědomělejší slova smyslu, ke kterému dochází na místě, kde chronologický čas jako by neexistoval. Tímto místem je příroda, která je vzdálená od civilizovaných míst jak jen to jde, a tak o ní můžeme mluvit jako o divočině. Poeticky bychom to mohli nazývat jakýmsi návratem k přírodě.

Tento koncept je v České republice stále ještě zcela nepopsaným tématem přesto, že ve světovém měřítku existuje mnoho odborných vědeckých studií, které prokazatelně ukazují jeho účinnost. Hlavním cílem pro naši práci je proto ukázat potenciál wilderness therapy (dále jen WT) pro speciálně pedagogickou praxi etopedickou. Účelem práce je tedy zjistit co největší množství informací o využívání WT a na jejich základě utvořit přehled získaného materiálu. Tento přehled může sloužit jako užitečný materiál pro podklady tvorby metodického materiálu konceptu WT u nás.

V teoretické části si vymezujeme několik důležitých pojmů, které jsou využívány po celou dobu výzkumu a je naprosto nezbytné je znát k samotné realizaci WT. V první kapitole se budeme zabývat rizikovým chováním a jeho definicí v odborné literatuře. Autorka by zde chtěla podotknout, že tato kapitola bude pro naše účely pouze rámcová, a je především zaměřena na nejnovější jevy v odborném bádání po jevu rizikového chování, protože ani WT si neklade za cíl diagnostikování svých klientů. Naopak se snaží tomuto vyhnout a pracovat s projevy, které se samy objeví. Kapitola druhá je věnována bio-psycho-sociálně-spirituální jednotě člověka, v našem případě se jedná konkrétně o mladistvé osoby, na které se soustředí náš výzkum. Tato část je velmi podrobně popsána, protože i samotná WT na ní staví a vychází z jednotlivých potřeb člověka v tomto věku a je tedy jejím naprostým základem. Třetí kapitola je pak věnována teoretickému vymezení pojmu WT, různorodé škále klientely využívající tento koncept a dalším příbuzným disciplínám, které jsou ČR již známé, a proto mohou být s tímto pojmem neúmyslně zaměňovány.

Při zpracování praktické části si určujeme tři základní otázky: *Jaký význam a účinnost má WT?, Jakým způsobem probíhá příprava a organizace WT?, Jak se projevují klienti s rizikovým chováním na WT a po ní?* Tyto tři otázky nám pomohou rozpracovat celou řadu dalších otázek, na které se za pomoci interview ptáme pěti zařízení využívajících WT jako svébytný koncept práce. Šetření je rozloženo do tří různých zemí (Kanada, Anglie, Maďarsko) proto, aby byl vzorek národnostně a názorově bohatý. Z důvodu přesnějšího zacílení se na klientelu rizikové mládeže jsme byli nuceni vzorek zmenšit o dvě zařízení, jejich informace tedy nejsou součástí výzkumu, ale jsou součástí přílohy, neb mohou být využity pro jinou, další práci s touto tematikou. Celkový vzorek tedy činí tři zařízení. Autorka si je vědoma malého vzorku pro práci takového měřítka, nicméně výsledky výzkumu a teoretické poznatky o WT jsou téměř shodné a vzhledem k výchozím zdrojům všech zařízení pro WT, které jsou stejné, to nehraje velkou roli.

Výsledky práce jsou uskupeny do kategorií, které mohou sloužit jako ucelený přehled vyzkoumaného materiálu a pro ucelený obraz jsou následně interpretovány. V následné diskuzi se věnujeme problematice WT popsané zahraničními výzkumy a také tím, jakým způsobem by mohla být WT uchopena u nás.

Autorka si osobně prošla výcvikem zaměřeným na WT, který v ní zanechal hluboké uvědomění, a proto celá práce je psaná s nadějí většího rozšíření povědomí o konceptu wilderness terapie, který autorka shledává jako velký potenciál pro celou speciálně pedagogickou praxi etopedickou v České republice.

TEORETICKÁ ČÁST

1 RIZIKOVÉ CHOVÁNÍ

Jak už je z názvu kapitoly patrné, naši cílovou skupinou pro tuto práci budou osoby s rizikovým chováním. Proto si v první kapitole vymežíme, jak je rizikové chování definováno odbornou literaturou, co se rozumí pod pojmem syndrom rizikového chování, a jaká může být motivace a faktory k tomuto typu jednání.

V cizím jazyce je jev známý také pod pojmy: *Risk behaviour*, *problem behaviour*, *risk-taking behaviour*“ (Širůčková in Miovský, 2015 s. 161). Pro naši práci však budeme brát v potaz především termín rizikové chování a to tak, jak je definován v české odborné literatuře.

1.1 Vymezení rizikového chování

V oblasti definice rizikového chování existuje poměrně velká terminologická rozptýlenost jak napříč obory, tak i v jednotlivých oborech. Tato nejednotnost je způsobena různými teoretickými východisky či zdůrazňováním sociálního, zdravotního či normativního kontextu. (Sobotková, 2014) V této práci budou uvedeny pouze některé vybrané pohledy na rizikové chování a podíváme se na jejich dělení v širším a užším smyslu slova. Na konci kapitoly si pro porovnání uvedeme ještě zahraniční termín *Youth at risk*, se kterým se autorka práce ve svém výzkumu často setkávala, a proto je nezbytné jej osvětlit.

1.1.1 Širší definice rizikového chování

Nejobecněji lze rizikové chování charakterizovat jako takové chování, které má negativní dopady na fyzické či psychické fungování člověka, a je pro danou osobu či její okolí nějakým způsobem ohrožující. Lze tedy říci, že se jedná o značně heteronomní kategorii různých typů chování. Tyto typy se pohybují na škále od extrémního „běžného“ chování (např. provozování adrenalinových sportů) až po chování hraničící s patologií (např. sebevražedné pokusy, užívání návykových látek). Do této kategorie můžeme v širším pojetí řadit i rizikové chování spojené s jinou diagnostikovanou patologií (např. závislostí nebo sexuální chování u osob nakažených HIV) (Miovský, 2015).

Formy rizikového chování se dají dělit dle různých klíčů a úhlů pohledu. Někteří autoři vyznačují sedm základních forem rizikového chování, jiní je doplňují, více dělí či

rozšiřují například o: obecné kriminální jednání, rizikové chování na internetu či rizikové chování v dopravě (Sobotková, 2014).

Sedm základních forem obsahuje:

- rizikové zdravotní návyky (např. užívání návykových látek, nezdravé stravovací návyky, nadměrná, či naopak nedostatečná pohybová aktivita),
- sexuální chování (např. promiskuita, předčasný sexuální styk, rizikový pohlavní život, předčasné rodičovství a mateřství),
- interpersonální agresivní chování (např. šikana, týrání, násilné chování, rasová nesnášenlivost, extremismus a diskriminace některých skupin osob),
- hráčství (gambling),
- delikventní chování ve vztahu k hmotným majetkům (např. vandalismus, sprejerství),
- rizikové sportovní aktivity (např. extrémní a adrenalinové sporty),
- rizikové chování ve vztahu ke společenským institucím (např. problémové chování ve škole, například neplnění školních povinností, záškoláctví, předčasné ukončení vzdělání) (Miovský, 2015).

V posledním desetiletí se také obrací pozornost odborníků na rizikové chování při řízení (motorových) vozidel, kde se objevuje tendence chovat se rizikově na silnicích (např. rychlá jízda, agresivní a bezohledná jízda, jízda bez použití bezpečnostních pásů, užívání alkoholu či drog při řízení. Počty úmrtí a zranění na silnicích se zvyšují, stejně tak jako procento zraněných dospívajících, které převyšuje procento zraněných dospělých (Harré, 2000).

Jedním z dalších témat, které je v dnešní době velmi diskutované, je rizikové chování ve vztahu ke školským institucím a vlastnímu vzdělání, jak už je uvedeno výše ve výčtu rizikového chování. Pokud nahlížíme na tento jev z dlouhodobého hlediska, můžeme si povšimnout jevu jako je snížená uplatnitelnost na trhu práce, která s sebou pak nese riziko rozvoje dalšího rizikového chování (Miovský, 2015).

1.1.2 Užší definice rizikového chování

Rizikovým chováním se zabývají různé vědní obory. Zde si uvedeme několik definic z oborů pro náš zájem nejpodstatnějších. Berme však v potaz fakt, že definice vždy odráží zájem daného oboru.

Z medicínského úhlu pohledu je rizikové chování vymezováno jako faktor ovlivňující zdraví, který může vést k nemoci či úmrtí (např. kouření cigaret jako rizikový fakt může vést ke kardiovaskulárním chorobám) (Miovský, 2015).

Speciální pedagogika definuje rizikové chování jako „*takové vzorce chování, jejichž důsledkem může docházet k prokazatelnému nárůstu zdravotních, sociálních, psychických, edukačních a dalších ohrožení pro jedince nebo společnost*“ (Polínek in Valenta, 2014, s. 132).

Okruh sociálních věd zdůrazňuje hledisko psychosociální a kontext rizikového chování. Nejvíce se tedy zabývá dopady rizikového chování na kognitivní výkonnost, emocionalitu a sociální vztahy jedince s ostatními. Toto pojetí upozorňuje na porušování obecně přijímaných sociálních norem, kdy je chování označováno za chování problémové. Problémovým chováním je vnímáno chování projevující se jako: „*problematické, znepokojující nebo jako nežádoucí vzhledem k normám konveční společnosti, jejím institucím a autoritám*“ (Jassor in Miovský, 2015, s. 163)

Celkově bychom tedy mohli rizikové chování shrnout jako komplexí pojem takového chování, které přímo či nepřímo působí na psychosociální a zdravotní stránku jedince, jiné osoby, majetek nebo prostředí, a kterým se zabývají společensko-vědní a medicínské obory. (Macek in Sobotková, 2014)

1.1.3 Youth at risk

Tato práce se v praktické části velmi často odkazuje na zahraniční zdroje a jejich pojetí rizikového chování, a proto si stručně popíšeme často užívaný termín *youth at risk*, který bychom mohli volně přeložit jako riziková mládež.

Termín se týká především mládeže, která je ve fyzickém, psychickém či spirituálním nebezpečí, a často jej můžeme najít ve spojitosti s pojmy jako je ulice, gang, bezprizorní mladistvý či narušená mládež. V literatuře bychom mohli nalézt mnoho rozličných definic tohoto termínu, všechny tyto definice však mají společného jmenovatele, kterým je problémové fungování mladých lidí v rámci sociálního a vzdělávacího systému vzhledem k jejich věkové příslušnosti. Chování, které riziková mládež vykazuje, se považuje za odchýlení od normy v negativním slova smyslu a tím jej můžeme definovat jako rizikové (Etzion, 2015).

1.2 Syndrom rizikového chování

Experimenty s rizikovým chováním jsou do určité míry a určitého věku považovány za normu a součást vývoje. Ve většině případů je chování dočasné, samo s věkem odezní a nikdy nepřejde přes hranici trestného činu. V období dospívání může být rizikové chování účelové a také pro danou dobu funkční. Dospívajícímu toto chování napomáhá v řešení aktuálních

problémů, jako je pocit sebedůvěry, souznění s jeho sociální skupinou atd. Musíme si však uvědomit, že i přesto se rizikově chovající osoba stále nachází v situaci, kdy jí hrozí nebezpečí následků jejích činů. Za inkriminované období pro vznik syndromu rizikového chování můžeme v ekonomicky vyspělých zemích považovat adolescenci. V současnosti přibývá osob, které přijímají rizikový způsob chování, aniž by si uvědomovaly, jaké důsledky toto jednání může mít pro jejich další život, např. právní důsledky. S tímto způsobem chování také úzce souvisí ekonomická zátěž pro celou společnost. Velká část úmrtí v adolescenci se pojí právě s tímto fenoménem. (Hamanová, 2005)

Světová zdravotnická organizace (WHO) ustanovila adolescenci za samotnou rizikovou skupinu a z tohoto důvodu také definovala syndrom rizikového chování v dospívání (SRCH-D), který má tři základní složky:

1. Zneužívání návykových látek - je patrný dlouhodobý trend, kdy klesá věk uživatelů a roste podíl užívání návykových látek u dívek. Do této složky řadíme abúzus návykových látek počínaje nikotinem a alkoholem, až po další ilegální drogy.

2. Negativní jevy v psychosociální oblasti - kriminalita, maladaptace, agrese, delikvence, poruchy chování, kriminalita, sebepoškozování apod.

3. Rizikové chování v oblasti reprodukční - předčasný sexuální styk, předčasné rodičovství, promiskuita a nechráněný pohlavní styk, ze kterého plynou pohlavní nemoci (Sobotková, 2014).

1.3 Motivace a faktory rizikového chování

Proto, abychom mohli účinně preventivně působit na rizikové chování, je nezbytné se zabývat motivy k rizikovému chování. Je důležité si uvědomit, že každá reakce člověka má nějaký motiv, který slouží k uspokojování některé potřeby (Vágnerová, 2004).

Níže se seznámíme s dvěma druhy dělení. První dělení je přímo zaměřené na rizikové chování, které se zaměřuje, kromě motivace, také na jeho funkci. Druhé dělení se zabývá nežádoucím chováním, které však často úzce koresponduje s rizikovým chováním, a proto je nutné jej vždy vést v patrnosti. Na závěr kapitoly si ve stručnosti popíšeme základní faktory ovlivňující rozvoj motivů.

1.3.1 Klasifikace rizikového chování na základě jeho motivů a funkce

A. Nezodpovědné rizikové chování (irresponsible risk behaviour), které je prostředkem pro dosažení cíle, např. nepoužití kondomu při pohlavním styku. V této kategorii se jedná o neuvědomění si důsledků plynoucích z jednání či neochota vzdát se aktuálního prožitku,

i přestože je mu míra rizika známa a dokáže ji realisticky zhodnotit. Primárním cílem zde není prožitek samotného rizika.

B. Publikem kontrolované riskující chování (audience-controlled risk-taking behaviour).

Toto chování je motivováno touhou po ocenění či přijetí jinými osobami (např. iniciační rituály pro přijetí do “party“). Může také být motivem strachu ze ztráty sociální opory.

C. Vzrušení vyhledávající chování (thrill seeking behaviour), které je charakterizováno jako touha a vyhledávání nových výzev z důvodu testování vlastních limitů. Do této skupiny patří velmi často se objevující extrémní a adrenalinové sporty, např. chůze ve vysokých výškách bez zajištění (Kloep in Miovký, 2015).

1.3.2 Dělení motivů rizikového chování

- Potřeby citové jistoty a bezpečí, kdy dítě chce na sebe prostřednictvím těchto činů upoutat pozornost, a tím si naplnit svoji potřebu jistoty a bezpečí.
- Potřeby stimulace, kde může být potřeba důvodem nudy či anomálního vývoje osobnosti.
- Potřeba získat žádoucí materiální prostředky. Tato potřeba již často hraničí s trestnou činností. Důvodem se jednoznačně stává potřeba materiálního zisku, která spíše souvisí se samotnou poruchou chování než rizikovým chováním.
- Potřeba seberealizace, která velmi koresponduje v předešlém dělení s publikem kontrolované riskující chování, kde jde především o potřebu uznání ostatními, a tím i budování vlastní prestiže a seberealizace (Vágnerová, 2004).

Dle starší terminologie bychom mohli v knize Vágnerové (2004) pojem rizikové chování najít pod názvem nežádoucí. Tento termín se již nepoužívá, fakta motivů však zůstávají stejná.

1.3.3 Faktory ovlivňující rozvoj a motiv rizikového chování

Tyto faktory lze rozdělit dle teorie problémového chování na:

- Subjektivní percepci a hodnocení sociálního prostředí. Hlavní pozornost se zaměřuje na vnímání a hodnocení vztahů s ostatními lidmi, vnímavá kontrola ze strany rodičů a přátel a vzory chování u blízkých osob.
- Osobnostní charakteristiky, kam zařazujeme sebepojetí, osobnostní rysy a hodnotová orientace.
- Chování, které je vlastním předchůdcem samotného problémového chování (Miovký, 2015).

2 VÝCHODISKA FORMY PRÁCE

Je velmi důležité sledovat všechny aspekty osobnosti potenciálních klientů WT komplexně, a proto si v této kapitole představíme bio-psycho-sociálně-spirituální jednotu člověka, která nám tento komplex pomůže objasnit. Podrobně se zaměříme na každou z jednotlivých částí tak, jak je pro nás významná v ohledu klienta, se kterým bychom se mohli setkat při WT. Pokud zde mluvíme o klientovi, je tím myšlena osoba dospívající či také jinak řečeno v adolescentním věku. Věk adolescence se může v různých odborných publikacích lišit. Někteří autoři (Vágnerová, 2014) vnímají adolescenci z širšího úhlu pohledu a automaticky sem řadí i období dospívání, jiní autoři (Šimíčková- Čížková, 2008, Langmeier, 2006 či Kirchner, 2011) tyto dvě období oddělují. My se zde budeme řídit podrobnějším dělením na období pubescentní (11 až 15 let) a období samotné adolescence, která je chápána jako druhá část dospívání (15 až 20 let).

V biologickém východisku se zmíníme o dědičných prvcích osobnosti a více si prohloubíme znalost biologického zrání adolescentů. Ve východisku psychologickém se zaměříme na vývoj kognitivních funkcí a tím i na jednotlivá úskalí v dospívání, se kterými se často pojí rizikové chování. Sociální východisko bude pojednávat o sociálním vývoji mladistvých. Především se budeme soustředit na vliv vrstevnické skupiny v období dospívání a vliv rodiny jako sociálního činitele. Kapitulu zakončíme pohledem na spirituální východisko, kde se budeme zabývat potřebou přechodových rituálů jako nutného činitele pro krok do dospělosti.

2.1 Biologické východisko

Při braní zřetele biologického hlediska se nám v genetické části může velmi často objevovat jako signifikantní znak temperament člověka. Rizikovým v tomto ohledu pak může být faktor dráždivosti, impulzivita, snížených osobnostních zábran při sklonu k úzkostnému prožívání, potřeby vyhledávání vzrušení či menší citlivost ke zpětné vazbě, za kterou se skrývá lhostejnost k odezvě druhých osob a nezávislost na pozitivním sociálním hodnocení. Všechny tyto projevy se mohou objevovat již v raném věku dítěte a bývají výchovně hůře ovlivnitelné (Vágnerová, 2014). Je tedy vždy důležité uvědomit si, co je u klienta chování naučené, a tedy i mnohem více chování ovlivnitelné, a co je geneticky podmíněné chování, které jde přeučit jen do určité míry. Tyto charakterové vlastnosti by poté měly být brány v potaz a to nejlépe takovým způsobem, kdy jsou na jejich základně vystaveny pozitivní vlastnosti člověka.

2.1.1 Biologický vývoj pubescentů (11 až 15let)

Každý začátek dospívání je zahájen pubertálními změnami, přičemž je obvyklé, že jsou pubertální změny v tomto období také ukončeny a nezasahují do dalších vývojových období. Za nejnápadnější změny se v tomto období považují změny fyzického rázu a celkového zevnějšku člověka. Tento jev ovlivňuje pak celé sebepojetí a sebehodnocení osobnosti a stejně tak i jeho vztahy s blízkými osobami (Macek in Sobotková, 2014).

U dívek toto období začíná první menstruací, u chlapců první noční polucí, a trvá až do dosažení reprodukční schopnosti. V našich soudobých podmínkách je to období přibližně od 13 do 15 let s tím, že se věková hranice pohlavního dozrávání neustále snižuje. V tomto případě, stejně tak jako i v jiných odvětvích dozrávání, je důležité si uvědomit značné individuální rozdíly mezi osobnostmi (Kirchner, 2011). Vnější změny jsou viditelné především u výškových a váhových výkyvů a v oblasti primárních (vývoj vaječníků a varlat) a sekundárních pohlavních znaků (vývoj genitálu a prsou, pubické ochlupení). V růstu v této době dívky předbíhají chlapce, kdy jejich nejrychlejší růst probíhá kolem 12. roku, u chlapců se růst zrychluje pomaleji a trvá déle, k největšímu růstu dochází kolem roku 14. V konečném stádiu jsou však chlapci vyšší, a to v průměru o 13cm. Za první viditelnou změnu u dívek považujeme růst prsou a u chlapců je to růst genitálu (Sobotková, 2014). Tvar těla dostává postupně dospělou podobu, ale růst může pokračovat až do adolescence (Šimíčková-Čížková, 2008).

K fyzickému dospívání se váže i vliv sexuálního pudu, který osoby v tomto věku začne do velké míry ovlivňovat v chování. Jeho vliv je většinou intenzivnější u chlapců, kteří mohou mít problémy v jeho potlačování. Z toho vyplývají časté situace, při kterých může mít mladistvý problém se střetem potřeby uvolnit sexuální pud a zároveň nemít pocit viny. U chlapců se objevuje sexuální uspokojování autoeroticky a to především masturbací. Dívky mají působení sexuálního pudu mírnější a ambivalentnější, a proto jeho působení mohou zvládat transformací do jiných aktivit. Působením sexuálního pudu je způsobena kolísavost nálad (od výbuchu agresivity a hlučnosti až po nezájem a apatii), jejich následná kolísavost v chování a labilita citů. Postupem času se sexuální pud ozývá čím dál častěji a s tím také souvisí jeho snadnější zvládnutí. (Šimíčková-Čížková, 2008).

Puberta je známá také svým dočasným zhoršením v motorické koordinaci. Koordinované pohyby mladšího školního věku jsou vystřídány těžkopádnými, někdy až disharmonickými pohyby, u kterých je narušena plynulost a přesnost (Kirchner, 2011). Tento fenomén se může objevit hlavně v předmětu tělesné výchovy, a proto je důležité, aby učitel

byl s tímto jevem předem seznámen a měl dostatečný takt a cit v přístupu k žákům. Zrychlený růst může způsobit zhoršený fyzický výkon. Více se objevují aktivity zaměřené na sílu, které mají krátkodobý charakter a jsou střídány pocity únavy až apatie, které mohou působit jako pomalé a lenivé chování. Na konci puberty mizí motorická neobratnost a hormonizují se tělesné proporce. Dívky v tomto věku často dosahují špičkových sportovních výkonů. Jejich fyzická výkonnost se zlepšuje a stabilizuje, s tím také souvisí nižší střídání motorické aktivity a následné pasivity. (Šimíčková-Čížková, 2008).

2.1.2 Biologický vývoj adolescentů (15-20 let)

Období po překonání puberty je velmi příznivé pro rozvoj motorických schopností a dovedností. Velmi jasně se projevuje rozdíl mezi výkonností chlapců a dívek. Naopak vývojové rozdíly se v tomto období vyrovnávají (Šimíčková-Čížková, 2008). Na vlastní tělo bývá názáno jako na součást identity jedince stejně jako na potřebu výkonu. Adolescent je v tomto období fyziologicky připraven podávat nejvyšší výkony ve svých možnostech a tuto hranici je schopen posunout ještě výše. Motorika je zaměřená na zdokonalování pohybů a pohybová struktura se stává technicky dokonalejší (Kirchner, 2011). Dochází k ukončení somatického vývoje, tělo v tomto věku dostává svoji konečnou fyzickou podobu a člověk je schopen sexuální reprodukce (Šimíčková-Čížková, 2008).

Toto období je po stránce vývoje nejvíce důležité v oblasti psychologického vývoje, a proto se jím budeme zabývat více v psychologickém východisku formy práce.

2.2 Psychologické východisko

Podkapitoly psychologického východiska si opět rozdělíme na část puberty a adolescence z důvodu větší přehlednosti.

2.2.1 Psychologický vývoj pubescentů

Kognitivní vývoj v dospívání je charakteristický emoční rozkolísaností, která se projeví i v ostatních psychických funkcích. Člověk se stává citově labilnějším, citlivějším na všechny podněty související s jeho hodnocením a tím se i jejich citové reakce mohou zdát jako nepřiměřené dané situaci. Sebehodnocení se v tomto věku velmi mění. Osobnost se stává zranitelnější, vztahovačnější a uzavřenější. Emoční nerovnováha je důsledkem hormonálních změn, ke kterým se přidávají změny v oblasti psychiky a mezilidské vztahy. Všechny tyto jevy jsou však u jednotlivců různé a je důležité mít na paměti individualitu každého jedince (Kirchner, 2011). Je důležité si uvědomit, že pokud se s těmito emočními změnami nenakládá

citlivě ze strany dospělého člověka, může dojít k mnoha narušením osobnosti člověka, které si jedinec přenáší do dospělosti. S těmito narušeními se pak často setkávají odborníci WT a snaží se je za pomoci přírody spojené s terapeutickými prvky uvést do harmonie.

V percepci se na jednu stranu zdokonaluje a zpevňuje diskriminace podnětů, ale na stranu druhou se přechodně zhoršuje percepční výkonnost, neboť zvýšená labilita zde negativně působí na pozornost a registraci podnětů. Tento fenomén však s koncem puberty ustupuje (Šimíčková-Čížková, 2008). Dle Piageta je toto období nazváno obdobím formálních logických operací, kdy pro myšlení je charakteristické postupné uvolňování ze závislosti na konkrétní realitě. Dospívající člověk je schopen hypotetického uvažování v různých oblastech a to i v oblastech, které nejsou spojené s realitou, neexistují či jsou dokonce velmi málo pravděpodobné. Dospívající mohou užívat různé způsoby uvažování, které jsou spojeny s danou situací, typem problému či aktuálním osobnostním stavem. Formálně logická úroveň myšlení je v tomto případě brána jako maximum, kterého je člověk v dospívání schopen dosáhnout (Vágnerová, 2014).

Logická paměť se stává v tomto období velmi důležitou, má dlouhodobý, leč výběrový charakter. Výběrovost se projevuje nejvíce v učení, kde si člověk více pamatuje a vybavuje fakta, která ho zajímají či nějakým způsobem s jeho zájmem souvisí. Přestože je toto období charakteristické také rozkolísanými zájmy, je možné, aby dospívající nabyl velmi hlubokých faktických znalostí v oblasti, která jej baví, do takové míry, že dalece předčí své rodiče či vyučující. Také fantazie je v tomto období velmi bujná, především pak opět v oblasti sexuální, kdy si mladiství často představují některé neuskutečněné erotické zážitky, nebo si přehrávají idealizované scény s druhým pohlavím, kterému se říká naivní romantismus. Tento jev postupně s dokončením dozrávání odchází a fantazie se upokojuje. (Šimíčková-Čížková, 2008).

Dalším typickým znakem dospívání je racionalismus a radikalismus. Pubescent příliš neuznává citové důvody lidského jednání a spíše lpí na racionálních důvodech, které se opírají o rozum, a to i přesto, že jeho chování je velmi ovlivněno citovými pohnutkami. Tento jev může být vnímán jako bezcitnost jednání. Stejně tak i jednání je ovlivňováno radikálními, unáhlenými soudy, které jsou postavené na základě jedné generalizované zkušenosti. Pubescent může mít problém s akceptací kompromisu z toho důvodu, že ještě není schopen rozpoznat složitost jevů a všechny působící vlivy na hodnocený fakt. Názory jsou velmi ovlivněny jinými jedinci, ke kterým pubescent pociťuje sympatie (Šimíčková-Čížková, 2008).

2.2.2 Psychologický vývoj adolescentů

V průběhu adolescence dochází ještě k větší diferenciaci kognitivních schopností. Jde zde o preferenci různých způsobů uvažování, při kterých nemusí docházet ke stejnému způsobu používání. Uvažování bychom mohli třídít dle schopností analytických, které jsou více využívány ve školním procesu, profesní oblasti či běžném životě, a na schopnosti praktické a sociální inteligence, které jsou klíčové pro mezilidské vztahy a další sociální interakce (Vágnerová, 2014). V tomto období již mizí naivní romantismus, ale stále částečně přetrvává kritický realismus, ve kterém mladistvý zcela nedokáže vyhodnotit důsledky svého chování. Z toho důvodu více riskuje, má méně zábran a často se projevuje velkou mírou odvahy, která souvisí i s malou zkušeností rafinovaných vztahů mezi dospělými (Šimíčková-Čížková, 2008).

V morálním vývoji je adolescent již více schopen přihlížet k různým okolnostem a nahlížet na situaci z různých perspektiv. Piaget v tomto období hovoří o nárůstu autonomního typu přemýšlení, který se odklání od závislosti na pravidlech, trestech a pochvalách (heteronomní přemýšlení) spíše již k přihlídnutí k záměru aktérů. Zodpovědnost je posuzovaná ze subjektivního úhlu pohledu nebo z hlediska interpersonálního (Blatný, 2010). Dle Kolbergovy teorie morálního vývoje se člověk v adolescenci nachází na tzv. konvenčním stupni, kde se jedná o přechod z orientace „být hodným dítětem“ na orientaci „na řád a zákon“ (Sobotková, 2014).

Komunikační styl se postupně mění a přibližuje se k běžnému standardu. Adolescent postupně ustupuje od vzdoru vůči autoritám a snaží se s dospělým spíše domluvit. Komunikaci velmi výrazně ovlivňuje také vykáni, které slouží jako symbolické potvrzení změny sociálního postavení, kdy dospívající tímto již nejsou považováni za děti. Adolescenti pak touží po tom, aby dospělým mohli tykat, a tím dosáhnout své rovnocennosti. Komunikace mezi vrstevníky již také pozbývá typických znaků pro pubescenci, jako je teatrálnost, hlučnost či akcentovaná gestikulace (Vágnerová, 2014). Adolescenti si postupně tvoří světové názory, utídní si hodnotový systém a zvnitřňují převzaté morální kodexy. Díky argumentaci jsou schopni své názory měnit, ale jsou stále citliví k autoritativnímu vnucování názorů. Adolescent touží po individuální svobodě a osobním vyjádření (Šimíčková-Čížková, 2008).

Na závěr podkapitoly psychologického východiska si ještě jednou pro ujasnění shrneme všechny vývojové úkoly adolescence (nyní myšleno věk 11-20 let). Je to věk, který je velmi významný pro své fyzické i psychické zrání. Celé období je velmi ovlivněno společností, ve které mladistvý dospívá a tím, jaké hodnoty sama společnost přijímá. Na

jedince nejvíce působí vliv vrstevnické skupiny, která mu stanovuje normy v oblečení, účesu, jazyce, hudbě atd. Úspěšné zařazení ve skupině je důležité pro další fungování v životě a to především v oblasti partnerské a manželské. Mladistvý by měl: „dosáhnout nových a zralejších vztahů s vrstevníky obou pohlaví, dosáhnout mužské nebo ženské role, akceptovat svou tělesnou konstituci, dosáhnout emoční nezávislosti na rodičích a jiných dospělých, připravit se na manželství a rodinný život, připravit se na ekonomickou nezávislost, osvojit si určité hodnoty a etický systém, který ovlivňuje naše chování a vývoj ideologie, a naučit se společensky zodpovědnému chování“ (Blatný, 2010 s. 153).

2.3 Sociální východisko

V sociálním východisku v kontextu WT bychom se vždy měli ohlížet, kromě sociálního vývoje a rodinného klimatu, které budou níže popsány a rozebrány, také na sociodemografické charakteristiky a prostředí, ze kterého mladistvý pochází. Tyto údaje mohou být dalšími vodítky k danému člověku, a také nám napomůžou k pochopení situace, ve které se mladistvý nachází, a k pochopení jeho samotného jako lidské osobnosti.

2.3.1 Sociální vývoj pubescentů

Pubescent se začíná osamostatňovat od rodičů, velký význam pro něj mají vrstevníci. Často jejich názoru dává přednost před názorem rodičů či jiných autorit. S uvolňující se závislostí na rodičích probíhá začleňování do vrstevnické skupiny, kde se mladistvý snaží dosáhnout akceptace skupinou. Pokud k tomuto dojde, dochází k naplňování potřeby (někam patřit) a dochází k budování vlastního sebehodnocení. Komunikace s vrstevníky je nezbytná pro sociální začlenění a růst, i když je zde stále velmi důležitá komunikace v rodině, která tvoří základ (Kirchner, 2011). Pokud je významnost party pubescentem přeceňována a jedinec má tendenci k absolutnímu přimknutí, idealizování a dochází ke stagnaci komunikace s ostatními členy jiných sociálních skupin, pak se pravděpodobně jedná o nezralého jedince, u kterého selhala rodinná výchova, škola či jiná instituce (Šimíčková-Čížková, 2008). Tato situace se může stát i značně patologickou a může ústít do rizikového chování. S těmito jedinci se WT často setkává, a proto pro každého wilderness terapeuta by měla být známa základní pravidla a způsoby vyznačování jednotlivých teenagerských skupin. V těchto skupinách by se měl umět orientovat, odlišit je od sebe a tím i lépe a rychleji poznat samotného klienta.

Na počátku pubescentního věku se pohlavní vzrušení vyvíjí autosexuálním směrem, tedy ke svému tělu, nikoliv ke druhému pohlaví. Chlapci a dívky povětšinou drží pohromadě

ve svých izosexuálních skupinách a příliš vzájemně nekomunikují. Tento jev je dán i tím, že dívky bývají ve vývoji rychlejší a mají tendence se i orientovat spíše na starší chlapce. Chlapci se zase více soustředí na vytváření prvních part, kde se objevují vůdci jako přirozené autority, které, jak už je z textu výše patrné, překonávají autoritu rodičů (Šimíčková-Čížková, 2008).

2.3.2 Sociální vývoj adolescentů

Adolescence (myšleno věk 15- 20 let) prohlubuje fázi psychického osamostatnění. Jde o ukončení závislosti na rodině, dosažení úplné samostatnosti a vytvoření podoby vlastní identity, která je potvrzením jedinečnosti osobnosti téměř dospělého člověka. Tato identita dává člověku určitý řád a smysl, je důležitá k udávání směru a k aktuálnímu chování a prožívání (Vágnerová, 2014).

Kromě jiného v tomto období hraje velkou roli i výběr budoucího povolání. Z hlediska jedince jde o zvolení si takového povolání, které jej uspokojí, ve kterém by dokázal co nejlépe uplatnit své schopnosti, osobní zájmy a sklony. Z hlediska společnosti jde o získání pracovníka, který bude co nejlépe plnit společenské úkoly, proto tedy hovoříme o nutnosti sladění zájmů společenských a osobních. Každý jedinec je při volbě povolání, kromě svých vlastních představ, také ovlivněn určitým vnějším tlakem. Pod tímto tlakem se může skrývat přání či rozhodnutí rodičů, společenská prestiž povolání či jiné společenské aspekty (Lengmejer, Krejčířová, 2006).

Adolescent má velkou potřebu navazovat erotické vztahy s druhým pohlavím. Je to období prvních lásek, které většinou zraňuje adolescentův ještě nevyvážený sebecit. Naopak pokud adolescent prožívá nedostatek erotických zkušeností, může tím docházet ke snižování jeho sebehodnocení (Šimíčková-Čížková, 2008). Vztahy nebývají příliš vážné a do jisté míry se zde počítá s promiskuitním chováním, které vede k získání zkušeností s různými partnery a zároveň k lepšímu sebepoznání (Vágnerová, 2014).

2.3.3 Rodina jako sociální činitel

Kromě sociálního vývoje mladistvého bychom se vždy měli zaměřit na rodinné prostředí, ve kterém je člověk vychováván. Je velmi nesnadné určit, do jaké míry rodina ovlivňuje osobnost člověka. Na straně jedné existují teorie, které velmi vyhraňují názor hovořící o extrémním vlivu vrozených dispozic, a naopak na straně druhé stojí mnoho vědeckých teorií, které determinují vliv sociálního prostředí, tedy i způsob rodičovské výchovy. Pravdu bychom pravděpodobně mohli najít někde uprostřed, i z toho důvodu, že je

velmi těžké oddělit vliv dědičnosti a prostředí v samotném výzkumu. Poslední studie ukázaly fakta, která hovoří o vyšší rodičovské stimulaci dětí u osob z vyššího socioekonomického prostředí než u rodičů s nižším socioekonomickým statusem. Také bylo vědecky prokázáno, že děti rodičů s vyšším vzděláním dosahují také vyššího vzdělání. Zároveň vyšší vzdělání snižuje riziko negativních vlivů (v tomto případě se konkrétně jednalo o rodičovství v adolescenci či mimomanželské dítě). Vzdělání také velkou měrou ovlivňuje rodičovský styl, kdy za zcela nejvýznamnější aspekt můžeme považovat samotné rodiče, jako model pro dítě, které veškeré chování svých rodičů kopíruje a proto má také, dle výzkumu, tendence dosáhnout minimálně stejné úrovně vzdělání, jako jeho rodiče (Thorová, 2015).

Rodinu můžeme charakterizovat jako nevýznamnější sociální skupinu, která velmi zásadním způsobem ovlivňuje vývoj dítěte. Členové rodiny jsou ve vzájemné interakci, vzájemně se ovlivňují a také přizpůsobují. Tento proces je často nevědomý. Rodina jedince ovlivňuje po stránce biologické i sociální. Rodiče mají s menšími odchylkami podobné dispozice jako jejich děti a v závislosti na svých schopnostech je také vychovávají určitým způsobem. Z toho vyplývá, že rodiče nemůžou dítě naučit něco, co sami neznají či nezvládají. Velkou roli na vývoj jedince mají i jeho sourozenci. Sourozenci jako přirozená součást rodiny více charakterizují pozici jedince v rodině a jsou zdrojem pro specifické sociální situace a zkušenosti. Podporují rozvoj různých strategií chování, které odpovídají jeho postavení v sourozenecké skupině. Jedinec se díky sourozencům učí řešit konflikty, vyjednávat a také akceptovat kompromis. Díky tomu, že od problému nemůže odejít, naučí se zde více, než v běžné vrstevnické skupině (Vágnerová, 2014). Rodina má čtyři základní funkce: biologickou, ekonomickou, sociální a psychologickou. Zdravá rodina dokáže všechny čtyři funkce plnit a tím také socializuje děti a stabilizuje dospělé (Baštecká 2015). Pokud se stane, že některou z výše uvedených funkcí neplní, může dojít k negativnímu vývoji, poruše chování či jiné sociálně patologické odchylce. K aspektům, které nejvíce souvisejí s vyšší pravděpodobností budoucího negativního vývoje jedince, patří:

- Anomální osobnost rodičů, kdy se rodiče chovají sami asociálně či antisociálně
- Dysfunkce či afunkce rodiny spojená s problémy v psychické deprivaci, respektive subdeprivaci.
- Aspekt úplnosti rodiny, náhradní rodinné péče, náhradní rodiče či výchova ústavní.
- Syndrom týraného, zneužívaného a zanedbávaného dítěte (CAN- Child Abuse and Neglect) (Fischer, Škoda, 2008).

Každý rodič ovlivňuje své potomky také svým výchovným stylem. Tyto styly bychom mohli nazvat jako jakési soubory strategií, které rodič při výchově dítěte využívá. Patří sem

zejména strategie využívané pro udržení disciplíny, emoční vřelost ve vztahu k dítěti, sociální interakce, komunikace a komunikační styl mezi rodičem a dítětem, míra a způsob kontroly, míra protektivity a vedení k samostatnosti. Samo dítě na tomto stylu má podíl, může přimět rodiče k užívání výchovného stylu, který mu není vlastní např. agresivitou či delikvencí. Mezi základní rodičovské styly patří:

1. Asertivní, demokratické rodičovství - V tomto výchovném stylu rodiče požadují po svých dětech, aby se chovali vyzrále, přiměřeně však svému věku a schopnostem. Vztah k dítěti je vřelý, pečující a rodiče se zajímají o názory svých dětí. Rodiče své děti učí, jak regulovat své emoce a jak řešit své problémy. Rozhodnutí, které rodič učiní, dokáže dítěti odůvodnit a vysvětlit. Dítě je přirozeně vedeno k samostatnosti, leč jeho úsilí je kontrolováno. Mnoho rozhodnutí je ponecháno na dítěti, ale jsou jasně vytyčené hranice. Rodiče jsou spíše podporující, pokud využijí trest, tak jej vysvětlí. Dítě je vedeno k sociální zodpovědnosti a sebekontrolé.

Dítě takto vychované by teoreticky mělo být nezávislé, chovat se kamarádsky vůči vrstevníkům, schopné se sebeprosadit, ochotné spolupracovat, snažící se podat dobré výkony a spokojené.

2. Autoritářská, přísná výchova - Dítě musí dodržovat striktní pravidla. Komunikace je spíše jednosměrná, rodič vyžaduje poslušnost a úctu k autoritě a k výkonu. Rodič dítěti věci příliš nevyšvětluje, nemá potřebu. Citová vřelost je spíše projevem slabosti. Rodič k výchově hojně užívá trestů a restrikce, spíše se více koná, než vysvětluje.

U dítěte takto vychovaného se může projevit ztráta spontaneity, samostatnosti a nižší kompetentnosti v sociálních vztazích. Snaha o úspěch může být omezená a může se projevovat agresivita. Děti mohou mít problémy se sebevědomím a mohou se projevovat jako méně šťastné.

3. Shovívavá, svobodomyšlná a liberální výchova - Rodiče na dítě kladou minimum požadavků, nevyžadují přílišnou disciplínu, ani zralé chování, seberegulaci či zodpovědnost. Rodiče se svými dětmi komunikují, jsou pečující, vřelí a vyhýbají se konfrontacím s dítětem. Dětem nevytyčují hranice a ve výchově nejsou příliš důslední. Fungují spíše na bázi kamarádství se svým potomkem.

Výsledkem takové výchovy jsou většinou děti s pozitivním citovým laděním, které však mají problém s ovládním svých impulzů. Mohou mít problémy se samostatností, přílišným spoléháním na druhé osoby a mohou mít sklony k agresivitě. Působí rozmazleně, mohou se objevit problémy s autoritami a je zde vyšší riziko užívání alkoholu a poruch chování.

3. Nezúčastěná a nedbalá výchova - Rodiče se svými dětmi příliš nekomunikují, nedostatečně děti kontrolují a objevuje se zde snížená citová vřelost. Rodiče fungují po stránce materiálního zabezpečení, ale selhávají po stránce psychické, kdy projevují málo zájmu o život dítěte, jeho názory a postoje, a na dítě nekladou skoro žádné požadavky.

Důsledkem toho může být dítě se sklony k náladovosti, nesoustředěnosti. Dítě může mít problémy s impulzivitou, agresí, nedostatečným sebevědomím a problémy se socializací. Může se objevit nezáměr o školu, záškoláctví, podávání nižšího výkonu ve škole a sklony k užívání návykových látek (Thorová, 2015).

Zde můžeme vidět jen malou plejádu základních výchovných stylů, které se mohou různě kombinovat a mísit. Každý výchovný styl je pak ovlivněn dalšími situačními faktory.

2.4 Spirituální východisko

Než se vůbec pustíme do bádání po obsahu spirituality jako prvku spojeného s vývojem mladistvého člověka, je namístě si patřičně odůvodnit, z jakého důvodu je tato část v naší práci nezbytná. Proto, abychom tento pojem chápali správně, je také nezbytné vrátit se zpět k celkovému modelu jednoty člověka, která dříve byla chápána pouze na bio-psycho-sociální rovině. V posledních letech byl tento model obohacen právě o rovinu spirituální. Můžeme to chápat jako jakýsi návrat k tomu, co v lidské společnosti bylo vždy a je nám lidem přirozené. Dle Hermanna (in Agrimson, 2008) je nezbytné, aby duchovní potřeba byla naplněna, a tím člověk dosáhl nalezení smyslu a významu života. Všichni lidé jsou považováni za přirozeně duchovní bytosti a z toho důvodu všichni lidé mají přirozené duchovní potřeby a to včetně ateistů a agnostiků. (Walter in Agrimson, 2008). Spirituality je vždy potřeba chápat na úrovni dané osobnosti, ne ji nutně přiřazovat k určitému náboženství či kultuře. Jak už jsme se výše dočetli, spiritualita je člověku vlastní, ale často je v dnešní společnosti vyprahlá a lidé prožívají takzvanou spirituální krizi (Agrimson, 2008). Tento fenomén se zajisté nevyhýbá ani mladistvým, ba naopak na ně a jejich věkem zapříčiněnou rozkolísanost velmi silně působí a zapříčiňuje v nich značnou zmatenost. I proto WT používá ve své práci různé spirituální prvky, jako jsou rituály, které mladistvým poskytují pocit svobody v rozhodování, ale také je učí zodpovědnosti za své činy.

Mladiství mají potřebu mít ve svém životě přechodový rituál. Pokud rituál není či je již slabý, mají tendenci jej vyhledávat jinde a z toho důvodu se pak chovají rizikově (Stephenson, 2012). Proto se v této podkapitole budeme věnovat přechodovým rituálům a tím, jakým způsobem ovlivňují přechod mezi dětstvím a dospělostí.

2.4.1 Spiritualita v dospívání

Dospívání je, jak už již bylo výše uvedeno, spojeno s velkým intelektuálním a emocionálním růstem, který by jinak mohl být srovnatelný pouze s dobou od narození do dvou let. Je to čas přechodu od závislosti k nezávislosti, od nezodpovědnosti k zodpovědnosti a z dětství do dospělosti. Jde především o úkoly: nalezení identity, individuace a osamostatnění se, egocentrismus, idealismus, pocit hrdosti, sexualita, setkávání se s paradoxem a atrakcí, a také vyhledávání mimořádných stavů vědomí. Dospívající, v naší dnešní západní kultuře tyto úkoly řeší především tím, že si hledají svoji kulturní identitu v menší skupině (party, gangy, klany). Tímto způsobem se také snaží přijít na to, kdo jsou a čemu věří. V tradiční kultuře byla kulturní identita něco, co mladí dospělí dostávali jako dar a dospělí kolem věděli, že je potřeba dospívajícího k dospělosti vést. Vedení bylo většinou prováděno za pomoci iniciačních obřadů či, jinak řečeno, rituálů přechodu (Stephenson, 2012). Ve vývojové psychologii se můžeme dočíst o posouvání horní věkové hranice vstupu do dospělosti u adolescentů z industriálně rozvinuté společnosti. V tomto kontextu se hovoří o náročnosti přechodu z důvodu nejasnosti v povinnostech, které jsou na adolescenta kladeny a jeho prostor pro nezávislost. Značnou roli zde hraje ekonomická nezávislost na vlastní rodině, která je spjata s volbou povolání, a ta zase s potřebnou délkou studia pro dané povolání. Toto vše má za následek zmatenost dospívajícího v jeho vlastním vědomí, kdy už je vlastně dospělý a kdy ještě ne (Šimíčková- Čížková, 2008). Tam, kde dříve byly rituály sloužící pro jasné vymezení hranici mezi dětstvím a dospělostí, je nyní prázdné místo, a tak společnost čeká, až se jedinec zařadí sám. Ve snaze o co největší modernost a civilizovanost jsme se vzdali mnoha rituálů a obřadů, které dříve sloužili jako prostředek pro přechod mezi dětstvím a dospíváním i ve vztahu k navozování jiných stavů vědomí. To je dnes ve velké míře zastoupeno ilegálním způsobem experimentování s drogami, které spíše vede k závislosti na návykových látkách, než k opravdovému přechodu do dospělosti (Stephenson, 2012).

2.4.2 Přechodové rituály

„Tam kde chybí rituál, jsou mladí lidé neklidní či divocí, nejsou tam žádní skuteční starší kmene a dospělí jsou zmatení. Budoucnost je nejistá.“ (Somé in Stephenson, 2012, s.50) Toto je definice mluvící za vše. V našem případě, kdy se mezi klienty WT objevují mladiství, kteří velmi často působí ztraceně a zmateně ve světě, ve kterém žijí, což může být zapříčiněno právě nedostatečnou iniciací přechodu do dospělosti.

Potřeba rituálů a obřadů je pro člověka naprosto přirozená ve všech koutech světa. Obřad i rituál jsou založeny na víře a přivolávají do každého života ducha, přinášejí nám symboliku hybných sil, porozumění a utvářejí lidské životy. Také jsou výrazem víry v něco běžně nedosažitelného nebo smysly nezachytitelného. Přejímové rituály bychom mohli definovat jako: „*Přejímov z jedné fáze života, období či události k jiné. Rituálů přejímov se zúčastní každý a společnosti je vymezují různými způsoby.*“ (Bowie,2008,s.156) Rituál přejímov úzce souvisí se změnou statusu daného jednotlivce, nebo i celé skupiny, a měl by být přítomný vždy, když se jedná o rozhodující okamžik života, např. narození, iniciace, manželství, smrt (Bowie, 2008).

2.4.3 Iniciační rituály

Jinak také řečeno rituály přejímov z dětství do dospělosti. Mladiství mají velkou potřebu setřást ze sebe poslední zbytky dětství, a tím také objevit kým mohou být. Právě toto puzení je může často přivést do problému, a proto je třeba, abychom jim k tomu pomohli citlivým způsobem tak, abychom jim nebránili v jejich dalším rozvoji. Iniciace, kterou můžeme chápat jako obřad, jehož prostřednictvím mladistvý získává určitý nový status a je uváděn do nové role, byla propracována tak, aby dala průchod nezvladatelným silám v mladých lidech. Při ohlédnutí do starodávných kultur můžeme zjistit, že děti nebyly tlačeny k zapadnutí do konceptu dospělých, ale byly budovány systémy odpovídající situaci a klientele, a tudíž se nesetkávaly s tolika konflikty jako dnes my. Pro lepší pochopení si tento jev můžeme ukázat na rozdíl mezi bludištěm a labyrintem. Účelem bludiště je zmást toho, kdo jím prochází. Slepé uličky člověka matou a činí z jeho zdolávání náročnou a frustrující záležitost. Labyrint na rozdíl od toho je jednoduše vedená cesta, která umožňuje nerušený průchod do středu a zase zpět. Labyrint tím poskytuje nesnadno rozpoznatelný, do nitra zaměřený výlet, kde člověka učí jeho vnitřní klid. Bludiště bychom tedy mohli přirovnat ke scénáři dospívání v moderním světě. Očekává se, že si člověk pomůže sám, což je příčinou častého probuzení vzteku a hrozbou neúspěchu na každém kroku. Často vlastně nikam nevede, člověk někde uvízne a má tendenci to vzdát, což má za následek rezignaci na svoji budoucnost. Iniciace byly vybudovány na principu labyrintu, který oproti tomu poskytuje jasnou cestu, která je zbavená negativity, obtížnosti a nahodilosti. Cestu iniciace pomáhají utvářet ti, kdo jí už dříve prošli a ví, jakým způsobem tedy člověka podpořit. Jsou to starší kmene, kteří proces sami úspěšně zvládli. Tímto způsobem se dělí o svoji moudrost a vracejí zpátky to, čeho jim se již dostalo (Stephenson, 2012).

Určitě je důležité si uvědomit, že existuje rozdíl mezi rituály ženskými a mužskými, už z toho důvodu, že každé pohlaví hraje v dospělosti trochu odlišné role. Mužské rituály jsou často spojeny s přežíváním o samotě, řeznými ranami či jiným fyzickým utrpením, se kterým sekundárně přichází psychický prožitek. Naopak ženské rituály se primárně soustředí na samotný psychický prožitek. V ženských rituálech také často chybí důraz na územní přechod nebo je tento přechod velmi oslaben. Ženy v průběhu rituálu zůstávají u sebe doma či v blízkosti svého obydlí. Iniciale probíhá povětšinou jednotlivě, zde se tedy příliš nesetkáváme se sblíčováním se společenstvím, které jsou pro mužské rituály charakteristické. V mužských rituálech se často setkáváme s nahotou, která slouží k ukázání rovnosti a zároveň ponížení pro to, aby novic mohl dosáhnout nového nezávislého postavení. To se však u žen neděje, ženy povětšinou nezískávají nezávislé postavení, proto se důraz klade právě na oblečení a ozdoby. Z praktických znalostí je toho spíše méně, co může žena získat. Učí se spíše postojům, učí se od svých matek a babiček jak obstarávat a připravovat jídlo a jak se starat o děti. Jako vdaná žena bude iniciantka vykonávat tyto věci i nadále, ale jde o to se naučit tyto věci vykonávat ochotně. Na ženských i mužských rituálech se vždy podílí celá společnost, tedy dospělé ženy i muži nehledě na to, jaké pohlaví je iniciováno (Bowie, 2008). Někdy je možné se setkat s rituály, které se pojí s fyzickou dospělostí, i to může vést k domněnce, že mají sexuální charakter, což nelze vždy popírat. Tímto způsobem však také dělají z dospívajícího muže či ženu (Van Genep, 1996).

Co se bohužel stává v naší moderní společnosti je opak, a to takový, že jako rituál přechodu slouží pouhé nastřádání dostatečného počtu narozenin, kdy nám jedny určují možnost řídit auto, jiné svéprávnost či pití alkoholu. To má za následek vytváření falešné sebejistoty, která je v konfliktu s realitou samotnou, kde přežívají jen ti nejsilnější. Velmi málo bychom se mohli setkat s nějakou zkouškou či testem, které by prokázaly, že je člověk opravdu dospělý a vnímavý, aby svá nová privilegia využíval moudře. Další rozdíl, kterého je nutné si povšimnout, je stát se dospělým a stát se mužem či ženou. Pokud mluvíme pravdu o mužství a ženství, mluvíme o hlubokém emocionálním a duchovním přerodu, vnitřní proměně, které nelze dosáhnout jen pouhým využíváním právních norem (Stephenson, 2012). Někdy se v soudobé západní společnosti můžeme setkat s určitými konfirmačními rituály souvisejícími s náboženstvím a určitou vírou. I tyto rituály mohou sloužit jako rituály přechodu. Otázkou však je, a to i v ostatních iniciačních rituálech, jakým způsobem jsou dospívajícímu podány, jakým způsobem jsou uskutečňovány, a jakým způsobem jsou chápány samotným dospívajícím.

Na závěr této podkapitoly bychom si měli uvědomit to, že mnoho na sobě nezávislých izolovaných komunit, které jsou na zcela odlišných místech planety, vytvořilo v podstatě shodný postup pro pomoc mladým lidem v komplikovaném období dospívání, který měl a má svůj důvod, a proto lze hovořit o funkčnosti přechodových rituálů (Stephenson, 2012).

3 WILDERNESS THERAPY

Ve třetí kapitole této práce se zcela jistě dostáváme k teoretickým východiskům wilderness therapy (dále jen WT). Uvedeme si zde několik teoretických faktů o WT, které nám budou sloužit jako podklad pro stanovení výzkumných otázek a zároveň budou přispívat k většímu porozumění, co WT je a jak se odlišuje od jiných přístupů (Adventure therapy a zážitkové pedagogiky), jež existují v ČR a na první pohled se zdají být stejné. Tyto přístupy se často mohou doplňovat či v některých bodech překrývat, je však nutné uvědomit si rozdíl, který mezi nimi existuje a je pro práci s nimi velmi důležitý.

Z toho důvodu, že v České Republice je WT zcela neprobádanou oblastí a ještě neexistují žádné ucelené teorie či koncepty, byla autorka nucena využít pro tuto část práce pouze zahraničních zdrojů, které někdy mohou být staršího data. Pokud tak tomu v textu je, jedná se vždy jen o části, které jsou fakticky a historicky dané a proto se relevantnost těchto údajů s časem nijak nemění.

3.1 Vymezení wilderness therapy

WT byla definovaná a pojmenovaná již mnoha způsoby a také bychom ji dříve mohli najít pod pojmy jako: *Challange courses*, *adventure-based therapy* či *wilderness experience programs's (WEP's)*, který se používá v některých zemích dodnes (Russelle, 2001). WT byla poprvé zaznamenána kolem roku 1920. Již v té době na ni bylo nahlíženo jako na rehabilitační program pro mládež s rizikovým chováním. Zahrnuje v sobě intervence založené na expedičních výpravách probíhajících v prostředí divoké přírody, které mají za cíl změnu maladaptivního chování mladistvého, za pomoci zkušenostního učení. Koncentrace je v tomto případě směřována také na skupinový aspekt, který zahrnuje komunikaci s vrstevníky a další nové mezilidské zkušenosti s terapeuti a ostatními účastníky. Tímto způsobem dochází ke vzájemné podpoře skupiny, přebírání iniciativy za své rozhodnutí a učení se pochopení druhého člověka stejně tak, jako samotná zkušenost být chápaný (Clark in Margalit, 2014). Díky práci se skupinou a přirozeně probíhající pomocí druhému člověku dochází ke zvýšení vlastní sebeúcty a sebevědomí (Yalom in Margalit, 2014). Kromě aspektů sociálních můžeme ve WT vidět i mnoho benefitů spojených s prostředím přírody, jako je učení se novým schopnostem či soběstačnosti přežití v přírodě (Hill in Margalit, 2014).

3.2 Klientela wilderness therapy

Skupin, které jsou vhodné pro využívání WT, bychom jistě našli mnoho. Zde si však uvedeme jen ty největší z nich a také ty, které byly utvořeny mezi prvními, a tudíž je jejich historie nejdelší.

Mezi nejčastější klientelu WT patří mladiství ohrožení rizikovým chováním, dále bychom některé z těchto programů mohli specifikovat na programy zaměřené k jedincům majícím problémy s užíváním návykových látek či mladistvým majícím problémy s porušováním zákona. Další velkou skupinou mladistvých, kteří mohou projít WT programem, je školní mládež, kde jsou programy nastaveny jako prostředek pro intervenci celého třídního kolektivu, ve kterém se objevuje rizikové chování. Také je možné se setkat s WT využívanou podobným způsobem jako adaptační kurzy, tedy pro podporu dobrého klimatu třídy. Novým trendem se postupně stává využívání WT u osob s postižením, především pak postižením fyzickým. U těchto osob se předpokládá, že člověk bude tímto způsobem motivován k hledání nových možností vlastní soběstačnosti, zodpovědnosti a kooperace s dalšími členy skupiny. Poslední zmiňovanou kategorií využívající koncept WT jsou seberozvojové skupiny adolescentů a dospělých osob, např. univerzitní programy či teambuildingové programy. Tyto programy sice mají zachovaný stejný rámec, jako je WT ve smyslu provedení, ale již postrádají rámec terapeutický, který je pro čistou formu WT naprosto nezbytným (Davis-Berman, 1994). Novější studie poukazují na využití WT v rámci práce s rodinným systémem. Tyto studie hovoří o účinnosti WT v obnovení vztahů mezi rodiči a jejich dětmi adolescentního věku, které byli dlouhou dobu v náhradní rodinné péči a tak byli jejich vazby s rodiči značným způsobem narušeny. Studie ukazuje na signifikantní účinnost WT. Poukazuje také na značné zlepšení v oblasti hněvu dětí vůči rodičům a celkové zlepšení vzájemných vztahů, které slouží jako základ pro další práci s adolescenty a jejich rodiči (Bettmann, 2011).

3.3 Adventure therapy

Adventure therapy (AT) podléhá stejně tak jako mnoho jiných vědních oborů velké termínové nejednotnosti, které jsou dané regionálním rozmístěním a jistou novostí samotné disciplíny. Často je určována jako souhrnný pojem pro více přístupů k práci s člověkem, kde je hlavním činitelem příroda. Tento způsob dělení bychom mohli najít i v knize známého odborníka na AT Michaela A. Gasse, který ji dělí na:

- Wilderness therapy jakožto přístup využívající „divočiny“ v přírodě. Využívána je pro malé skupiny (8 až 15 osob), kde je hlavním prvkem působení divočiny po dobu několika dní po celých 24 hodin.
- Adventure-based therapy, kterou bychom mohli přeložit jako terapii založenou na dobrodružství. Tento druh terapie je nejlépe hodící se pro pacienty, u kterých je možné intervenční využití po více dní. Pacienti mohou terapii využívat v různém čase a její aktivity nabízející dobrodružství mohou být různě měněny a regulovány dle potřeby klientů (Gass i Hatlová, 2004).
- Long-term residential camping ve volném překladu chápáné jako dlouhodobé stanování, čímž je myšleno využívání míst určených pro kempování (kampů, stanových táborů) či obytných karavanů. V tomto případě jde o jakousi odnož AT, ve které je soustředěnost zaměřena na umístění adolescentů či další populace do venkovních kempových prostorů. Zde dochází k funkční změně za pomoci vytvořené komunity, která se musí postarat o svoje dostatečné životní zázemí, a tím jsou její členové přirozeně puzeni k osvojování si nových schopností spojených nejen s přírodou, ale také se společným komunitním soužitím.

Toto dělení je využíváno především pro oblast Severní Ameriky, kde mají terapie spojené s přírodou své základy. Již nyní si lze povšimnout některých spojitostí, které mezi sebou mohou mít, ale také rozdílností, které si sebou nesou, a jsou pro ně důležitým charakterem (Gass, 1993).

Pokud bychom chtěli poznat samotnou AT jako svébytnou disciplínu, mohli bychom ji definovat jako normativní využití dobrodružných zážitků poskytovaných odbornými pracovníky v oblasti duševního zdraví, které jsou často aplikovány v prostředí přírody a spojeny s pohybem, kdy se tak působí na kognitivní, afektivní a behaviorální úroveň člověka (Gass, 2012). V České republice bychom AT mohli najít pod názvem Dobrodružná terapie, která dle Kirchnera (2011), klade důraz především na prožitek klienta ve volné přírodě. Ten je spojen s pocitem dobrodružství a nebezpečí souvisejícím s „odhalováním něčeho nového“, což může být jak v oblasti sociální, tak i vlastního fyzického stavu, a hledáním si postavení ve skupině.

Vymezování rozdílu mezi AT a WT, může být značně obtížné již z toho důvodu, že AT je založena na zážitcích terapie prováděné ve volné přírodě stejně tak jako WT, která je často považovaná za její původní formu či její další podskupinu (Davis-Berman in Kirchner, 2011). Pro určení jejich rozdílu je tedy nezbytné soustředit se především na samotný prvek přírody. U WT jej můžeme vnímat jako hlavní činitel celého procesu terapie, na rozdíl od

AT, kde je příroda prostředím, ve kterém je navozována dobrodružná situace sloužící pro terapeutický účel.

3.4 Zážitková pedagogika

Zážitkovou pedagogiku (ZP) můžeme najít v anglickém překladu pod názvy *Adventure Education* a definovat ji jako určitý soubor aktivit nejčastěji aplikovaných v přírodním prostředí, využívajících kinestetického učení za pomoci aktivní fyzické zkušenosti. To zahrnuje strukturované studijní zkušenosti, které vytvářejí příležitost pro zvýšení lidské výkonnosti a kapacity (Miles, 1999). Český koncept ZP má dlouholetou tradici vycházející například již z J. A. Komenského a jeho školy hrou či Jezuického přístupu ke vzdělání (Přadka, 1999). Vychází z kořenů přístupu k výchově v přírodě, a tím navazuje na její nejlepší tradice, které daly české ZP důležitý základ zdůrazňující především prožitek, zážitek a zkušenost, která je vyvolána v procesu dramaturgie. Dramaturgii můžeme chápat jako cílené plánování zážitkových situací využívajících různé podoby hry jako jejích prostředků. Po celou dobu ZP probíhá evaluace a její zpracování přispívající k co největšímu potenciálu rozvoje osobnosti (Hanuš, 2009).

„ZP formy vytvářejí situace, prověřené procesy, postupy, příběhy a děje, které člověku umožňují bezprostředním vlastním aktivním „konáním“ a „prožíváním“ odhalit nové skutečnosti, vědomosti a dovednosti“ (Hanuš, 2009 s.17). Jako základ ZP lze považovat vlastní aktivitu vychovávaného člověka, prostřednictvím které získává zážitek. Čím více vlastní energie sám člověk vynakládá, tím se stává zážitek intenzivnější, zapamatovatelnější, a tím i využitelnější pro další výuku. K samotnému učení pak dochází za pomoci zpracování nabytých zkušeností reflexí, na kterou dále může navazovat další zážitek, u kterého by mělo optimálně dojít k posunu díky nabytým zkušenostem. Za pomoci zážitku je možné zprostředkovávat především sociální učení spojené s postoji, názory, tolerancí, odpovědností, sebepoznáním či tzv. měkkými schopnostmi jako je vedení skupiny, práce v týmu, komunikační a vztahové dovednosti a řešení problémů (Pelánek, 2013).

Rozdíl mezi ZP a WT je v tomto případě poměrně patrný již z názvu. Pokud se soustředíme na ZP, stále hovoříme o pedagogickém přístupu k člověku, který se pohybuje ve výchovném procesu, tedy především školství. Opakem toho ve WT mluvíme o přístupu terapeutickém. Dalším signifikantním rozdílem je samotný způsob práce. V ZP je proces plně dramaturgicky ztvárněný. Má jasnou náplň, která má v ideálním případě směřovat ke stanovenému cíli seberozvoje (Hanuš, 2009). Prostředí přírody je zde spíše jako doplňující

prvek. WT proces není nijak dramaturgicky uchopen. Hlavní roli hraje lidské vnímání, na které plně působí přírodní prostředí divočiny, bez kterého WT nelze realizovat.

PRAKTICKÁ ČÁST

Ve výzkumné části si nejprve objasníme metodologické prvky naší práce, kde se za pomoci rozhovorů dozvíme informace o wilderness therapy (WT) ze tří různých center a tří odlišných zemí. Tyto informace budeme dále zpracovávat a snažit se v nich najít pro nás důležité podobnosti, či naopak rozdílnosti, které za pomoci obsahové analýzy dat rozdělíme do několika kategorií a podkategorií. Tyto informace pak budeme interpretovat v ucelených blocích, po kterých bude následovat část celkového shrnutí výsledků.

4 METODOLOGIE VÝKUMU

V kapitole metodologie výzkumu nahlédneme do způsobu realizace výzkumu, který započneme vymezením cílů. Dále budeme pokračovat charakterizací výzkumného souboru, na níž naváže část vysvětlující metodu sběru dat. Kapitola bude zakončena vysvětlením způsobu analýzy interpretace výsledů, ve které je vysvětlena využitá obsahová analýza a způsob užívání kategorií.

4.1 Cíl praktické práce

Stěžejním cílem celé práce je nalezení přínosu WT v českých podmínkách pro speciálně pedagogickou praxi etopedickou, a to tím způsobem, že se zde pokusíme inspirovat systémem práce s WT v zemích, kde je WT již realizována. Toto šetření bude probíhat za pomoci kvalitativního výzkumu. Pro tento účel zvolíme tři výzkumné otázky, na které budeme následně odpovídat:

- *Jaký význam a účinnost má wilderness therapy?*
- *Jakým způsobem probíhá příprava a organizace wilderness therapy?*
- *Jak se projevují klienti s rizikovým chováním na wilderness therapy a po ní?*

4.2 Výzkumný soubor

Pro účely výběru výzkumného souboru byla použita metoda záměrného, nebo také jinak řečeno účelového výběru. Tato metoda je jednou z nerozšířenějších metod využívaných v prostředí kvalitativního výzkumu. Smyslem této metody je cílené vybírání účastníků výzkumu dle jejich určitých vlastností. Kritériem našeho výběru tedy je určitá vlastnost či stav, který musí účastníci výzkumu splňovat. Znamená to tedy, že cíleně vyhledáváme jen ty jedince, které mají námi určenou vlastnost a jsou ochotni se do výzkumu zapojit (Patton in Miovský, 2006).

Záměrný výběr jsme pro naše účely dále specifikovali na prostý záměrný výběr, který je nejjednodušším způsobem záměrného výběru. Smysl tkví v tom, že bez využívání dalších metod nebo strategií vybíráme mezi potenciálními kandidáty na výzkum toho, který je pro nás vhodným a zároveň se svoji účastí ve výzkumu souhlasí. Tento způsob výběru je možný uplatnit především v případě, kdy se nám nejedná o příliš velký výzkumný soubor a osoby náležející do našeho základního souboru jsou pro nás dostatečně dostupné (Miovský, 2006).

Pro základní výzkumný soubor tohoto výzkumu bylo prvním úkolem nalézt osoby, které ve své práci aktivně využívají prvky WT a současně pracují s klientelou dětí či mládeže ohrožené rizikovým chováním. Proto, abychom měli větší možnost porovnání, autorka našla osoby z různých center, které výše stanovená kritéria splňují, ale zároveň se alespoň částečně liší ve svém způsobu práce s WT. Klientela těchto organizací je tedy vybírána podle odlišných kritérií, kdy rizikové chování zde funguje jako spojující prvek objevující se u všech klientů našich vybraných terapeutů. Každé z uvedených center také pochází z jiné země (Anglie, Kanada, Maďarsko), i proto jsou informace ve výzkumu přepisovány z anglického jazyka a nemohly být tudíž interpretovány doslovně, ale s českým překladem.

Náš výzkumný vzorek byl původně širší o dvě interview, ale z důvodu pozdějšího zjištění, že tyto centra zcela neodpovídají záměru našeho výzkumu, který se soustředí na klientelu rizikové mládeže, byla autorka nucena tyto dva rozhovory z výzkumu vyřadit. Interview je i přesto možné nalézt v části příloh této práce, protože se autorka domnívá, že může být i tak zdrojem cenných informací z oblasti WT, který se soustředí na jinou klientelu a je potenciálním přínosem pro další práci s tímto tématem.

Finální výzkumný vzorek tedy obsahuje tři rozhovory s dotazovanými. První vybranou osobou je terapeutka JR z anglické organizace The Wilderness Foundation UK, sídlící poblíž britského města Chelmsford. V tomto centru jsou mladiství pro WT vybíráni dle věku 16-21 let a na základě návrhu sociálních pracovníků či jiných odborníků. Vždy jsou to však mladiství, kteří jdou do programu dobrovolně. WT expedice v pojetí tohoto centra trvá celkově 10 dní, do kterých se počítá den společně strávený před expedicí, 5 dní samotné expedice v divočině a 4 dny určené pro přechod zpět do civilizace. Maximální počet členů - klientů je 8. Celkově program centra trvá 1 rok až 18 měsíců. Do tohoto času je zahrnuta práce s klienty před expedicí, expedice samotná a práce s klienty po expedici.

Druhou dotazovou osobou byla KD, která v rozhovoru poskytovala informace o své práci v organizaci Enviro Wilderness School Association poblíž Kanadského města Calgary, kde pracuje na pozici Youth and Family Support Worker. Svoji praxi v tomto centru zaměřuje na mládež ve věku 13-18 let, která má problémy se zneužíváním návykových látek

a alkoholu. V tomto centru se s klientelou pracuje za pomoci využívání outdoorových aktivit (aktivity využívané ve venkovním prostředí), adventure terapie a WT v tříměsíčních programech soustředěných v civilizaci odlehlém centru organizace Enviros s názvem Base camp. Samotná expedice WT v jejich pojetí trvá 5 dní a zúčastní se jí maximálně 10 klientů, stejně tak jako je toto číslo maximální možný počet klientů v Base campu. V průběhu programu je dětem zajišťována také škola, která probíhá přímo v centru a vyučuje zde učitel, který se vždy snaží přizpůsobit potřebám a limitům vzdělání daného dítěte. Tento program je v celoročním chodu. Dítě sem přichází na vlastní žádost a jeho celkový pobyt trvá 3 měsíce.

Poslední dotazovanou osobou byla NRS, která hovořila o své organizaci sídlící v maďarské Budapešti pod názvem Kettalapitvany. Tato organizace se soustředí na mladistvé z náhradní rodinné péče či dětských domovů, u kterých se objevuje rizikové chování. Jejich expedice vždy trvá 10-11 dní, které jsou rozděleny na první 4 dny přípravné fáze strávené v základním tábořišti, 5 dní samotné expedice a 3 dny určené pro reflexi, kterou opět tráví v základním táboře. S klienty zůstávají v kontaktu ještě rok po samotné expedici, kdy pracují na jejich přirozeném sociálním začlenění do společnosti.

4.3 Metoda sběru dat

Jako nejvhodnější možná metoda hodící se pro využití v našem výzkumu se jevila metoda polostrukturovaného interview také nazývaného jako rozhovor. Dle Miovskeho (2006), je tato metoda současně jednou z nevyužívanějších metod interview, neboť je jakousi střední cestou mezi metodami strukturovaného a nestrukturovaného interview. V tomto případě je vyžadována větší technická připravenost, než tomu je u strukturovaného rozhovoru. Tazatel si vytváří schéma specifikující otázky, které jsou pro něj závazné. Pořadí otázek je možné libovolně měnit tak, aby tazatel byl schopný vytěžit z rozhovoru maximum. Některé okruhy jsou ponechány v přesném znění a výzkumník striktně dodržuje jejich pořadí a formu, jiné jsou naopak ponechány na tazateli a na tom, jakým způsobem je bude formulovat.

Dle Hendla (2005) bychom naši využitou metodu sběru dat mohli také nazvat jako rozhovor pomocí návodu. Tento návod nám pak tvoří jakýsi seznam otázek či témat, které jsou nutné pro naše interview. Návod nám tak zajišťuje to, abychom nezapomněli na žádné z důležitých témat. Na tazateli pak zůstává, jakým způsobem, v jakém pořadí informace získá, aby mu osvětlili daný problém. Tento typ rozhovoru dává tazateli jakousi svobodu, jak nevhodněji využít čas k interview, a zároveň mu umožňuje provést rozhovory strukturované, které mu později zjednoduší jejich srovnávání. Rozhovor s návodem pomáhá udržet zaměřenost, ale také dovoluje využívání výzkumníkovy vlastní perspektivy a zkušenosti.

V polostrukturovaném interview v našem pojetí bylo využito předem připravené schéma 23 otázek, které byly upravovány a pokládány v různém pořadí dle potřeby tazatelky. Tyto otázky byly vytvořeny postupným vyplýváním ze tří hlavních výzkumných otázek. Interview byla vedena v anglickém jazyce, přes počítačovou aplikaci Skype. Byla zaznamenávána pomocí stručných výpisků a záznamu na diktafon, přičemž následovalo přepsání do textové podoby pro část analytickou.

4.4 Analýza a interpretace výsledků

Kvalitativní analýzu lze oprávněně považovat po praktické stránce jako nejobtížnější fázi realizace výzkumu. Jedním z těchto důvodů může být i velká míra volnosti výkladů určených metod, velké množství metod, které se dají různě kombinovat a nízká standardizace dílčích postupů. Na kvalitativní analýzu existuje mnoho názorů. Na jedné straně existují názory, které odmítají jakékoliv jiné než deskriptivní přístupy, na straně druhé jsou pak přístupy pohybující se často na hraně umění více než vědy (Miovský, 2006). Data, která máme v případě kvalitativní analýzy k dispozici, jsou ve většině případů textové podoby, a proto je zapotřebí tento často nestrukturovaný materiál zpracovat tak, aby nejen poukazoval na zajímavost dat, ale také byl podroben systematické analýze a interpretaci (Švaříček, 2007).

4.4.1 Obsahová analýza

Pro účely našeho výzkumu byla vyhodnocena jako nejobtímnější metoda analýzy dat obsahová analýza. Toto široké spektrum metod a postupů často slouží k analyzování jakéhokoliv textového dokumentu s tím, že si klade za cíl objasnit dostatečně význam textu, identifikovat stylistické a syntaktické zvláštnosti a v některých případech také určit jeho strukturu. Obsahová analýza je kombinovatelná s jakoukoli jinou metodou získávání a analýzy dat (Miovský, 2006). Dle Plichtové (in Miovský, 2006) bychom náš výzkum mohli ještě blíže specifikovat na analytickou dedukci neboli teoretický přístup. V teoretickém přístupu se tolik nepřidržíme zdrojového textu, protože kategorie odvozujeme spíše na základě teoretických konceptů. Ty pak dále užíváme v analýze textu. Tento přístup nám umožňuje předem si připravit kategorie, do kterých pak přiřazujeme části textu či interpretované významy, kam můžeme zakódovat celý text.

Proto, aby byla data, která jsou na počátku velmi rozsáhlá a nestrukturovaná, kvalitně zpracovaná, se využívá takzvaný systém kódování. „*Kódování obecně představuje operace, pomocí níž jsou operace rozebrány, konceptualizovány a složeny novým způsobem*“ (Švaříček,

2007, s. 2015). To znamená, že při kódování je text rozebrán na určité jednotky, kterým jsou přiděleny názvy, a s těmito pojmenovanými částmi výzkumník dále pracuje (Švaříček, 2007). Zakódované významy by nikdy neměly být pouze na ose ano-ne, ale měly by nést určité kontextuální významy, které mohou využívat různých dalších analytických metod (Miovský, 2006). V případě našeho výzkumu takto využijeme známou metodu trsu, která nám umožní seskupit jednotlivé výroky do skupiny, které běžně vznikají na základě vzájemné podobnosti jednotek např. prostorový, časový či personální překryv, a tímto způsobem nám vyvstanou informace pro obecné kategorie a jejich podkategorie.

4.4.2 Kategorie

Jak už bylo výše zmíněno, teoretický přístup v obsahové analýze nám umožňuje si předem připravit kategorie obsahové analýzy. Proto i naše kategorie vznikly na základě předem stanovených otázek. Stejně tak tomu bylo i v případě vzniku samotných podkategorií.

V konečném důsledku výzkumu to tedy bude vypadat tak, že pro každou kategorii výzkumu bude vytvořeno schéma, kde budou viditelné nejen vzniklé kategorie, ale také podkategorie, které budou pomocí metody trsu nalezeny v textu a psány kurzívou. Tyto kategorie pak budou mít svůj ucelený blok, který bude obsahovat souhrnnou interpretaci přímých citací výzkumu pro větší přehlednost a pochopitelnost.

5 ANALÝZA VÝZKUMU

5.1 Kategorie: Význam

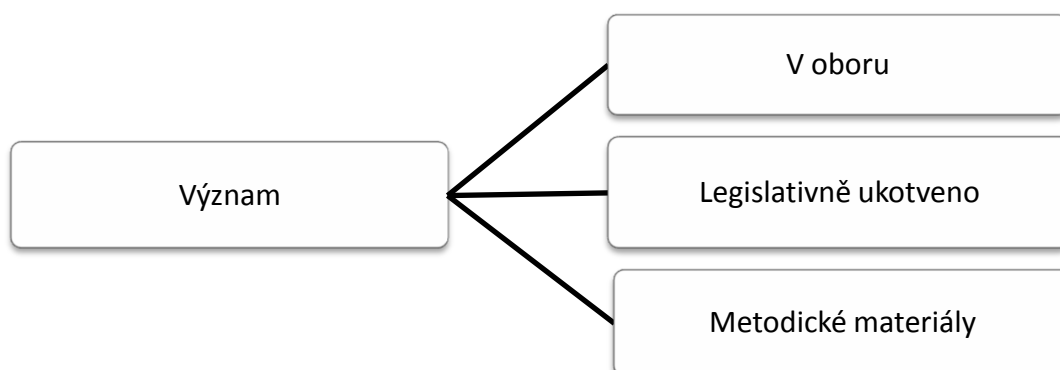


Schéma 1- Význam a jeho podkategorie

Podkategorie: **V oboru**

JR: Práci v divočině, což jsou ta nejvzdálenější místa od osídlených oblastí a lidí, a s tím související využívání přírody a zkušeností s divočinou k tomu, abychom pomohli lidem propojit se s nimi samotnými a jejich nitrem.

JR: Přináší i mnoho dalších aspektů, jako učení se o vlastní kapacitě, adaptaci a flexibilitě, a to způsobem, který v běžném způsobu žití, jako je chození do práce, které je spojeno s urbanizovaným městem, nepoznáš.

KD: WT není jen o zážitku z dobrodružství, ale je to založeno na cestě skrze divočinu po více dní.

KD: Má v sobě prvek rehabilitační léčby skrze zkušenost s divočinou.

NRS: Ten proces nemusí být tak strukturovaný.

NRS: Musíme jen věřit samotnému tomu procesu, více chodit a víc být v té přírodě myslí přítomni a pak to reflektovat a skrze to si to uvědomovat ještě více.

Podkategorie: **Legislativně ukotveno**

JR: WT bohužel nikde nemáme ukotvenou v legislativě.

JR: Je to jen na tvém přesvědčení a učení se využívat prvek divočiny a přírody ve své práci.

KD: To vlastně ani nevím, zda to máme někde v legislativě.

KD: Spadáme pod Alberta Health Services - Addiction and Mental Health a tu vzdělávací část máme pod Alberta Learning and the Calgary Board of Education.

NRS: Nemáme vůbec nic v legislativě.

NRS: Musíme si sami dát dohromady nějaká pravidla a legislativu, jak to bude fungovat.

NRS: Připravujeme si složky, kde jsou velmi detailní otázky, kterými se budeme zabývat s každým z participantů.

Podkategorie: Metodické materiály

JR: Máme tu jakýsi programový design.

JR: Tenhle manuál píše já se svým teamem a je to spíše takový žijící dokument, do kterého stále něco dopisují a přepisují s tím, jak se vyvíjíme.

JR: Nazvala bych to tak, že jsme se snažili být chytří, ale nakonec to bylo zbytečně složité a tak se zase vracíme k tomu jednoduchému.

KD: Je to manuál, který upravuje Alberta health services, a ten nás nabádá k tomu, abychom postupovali určitými kroky v našich programech.

KD: Jsou to programy a aktivity jejich, které musíme dodržovat, a pak jsou to programy, které jsme si vymysleli sami.

NRS: Vytvořili jsme si vlastní metodiku. Samozřejmě, že vycházíme z nějakých knih, článků a různých našich znalostí.

NRS: Je to opravdu mnoho let zkušeností a přečtených knih.

NRS: Největší metodikou pak je právě uvědomění, že méně je více.

| Kategorie: Význam |
|--|
| Podkategorie: V oboru |
| WT je způsob terapeutické práce, který využívá divočiny jako základního prvku terapeutického prostředí. Divočinou je myšleno prostředí, které je vzdálené od osídlených oblastí, a za pomoci tohoto civilizačního odloučení po více dní, je možné dosáhnout, s pomocí specifických terapeutických metod, hlubšího osobního kontaktu klienta s přírodou, a tímto způsobem probudit či povzbudit osobu v jejím sebeuvědomění, flexibilitě, adaptaci a způsobu vnímání přírodních aspektů, které přicházejí skrze osobní zkušenost s divočinou. |
| Podkategorie: Legislativní ukotvení |
| Legislativní ukotvení WT jako terapie prozatím ve státech námi zkoumaných neexistuje. Centra si sama utváří jakousi metodiku postupu bezpečnosti práce, kterou využívají pro své vlastní právní bezpečí stejně tak jako pro bezpečí svých klientů. Centra využívající WT jsou v některých případech legislativně svobodným subjektem, v jiných případech jsou zaštitěny sociálními službami či školstvím. V těchto případech se vždy však jedná o legislativně jinak pojmenovanou službu nikoli o WT. |

Podkategorie: Metodické materiály

Metodické materiály a jejich tvorba je z velké části většinou ponechána na samotném centru využívajícím WT. Tento fakt se vždy odvíjí od legislativy dané země a zda je centrum legislativně ukotveno či nikoliv. Pokud je centrum legislativně ukotveno, jsou mu poskytovány určité metodické materiály, kterými se musí řídit. Pokud nikoliv, centrum si tvoří metodiky samo. Tyto metodiky vytváří z dlouholetých praktických zkušeností zaměstnanců a jejich znalostí v daném zaměření. Tyto metodiky jsou živými dokumenty, které se neustále přetvářejí a vyvíjí spolu s novými zkušenostmi. Tázané často poukazují na metodický fakt, při kterém se jim osvědčuje pravidlo držení se jednoduchých, čistých metodických linií, které tvoří sama příroda, nikoli zbytečné zahlcování technikami či složitými procesy, které slouží jako prostředky k uvědomění.

Tabulka 1- Význam

5.2 Kategorie: Wilderness terapeut

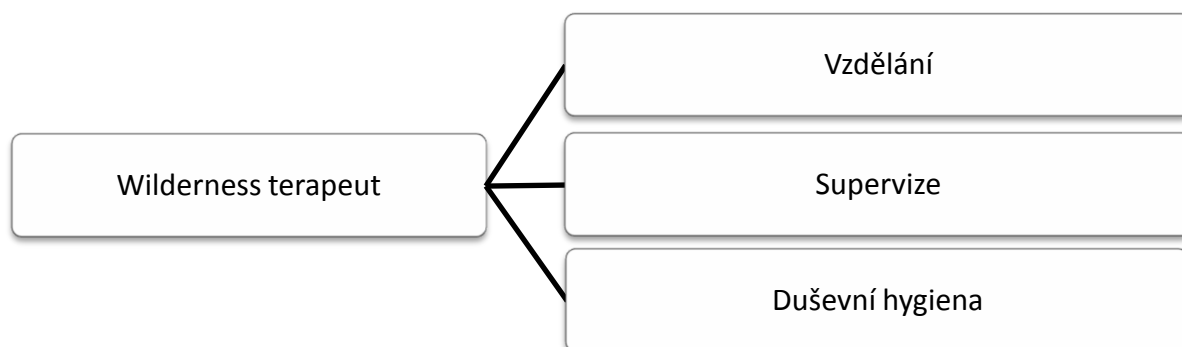


Schéma 2- Wilderness terapeut

Podkategorie: **Vzdělání**

JR: V Británii to neexistuje jako terapeutický kurz.

JR: Já se nyní snažím dát dohromady jeden magisterský obor s jednou naší univerzitou, asi také uděláme krátký základní výcvik zaměřený na WT.

JR: Víím, že ve světě existuje pár škol, které učí WT.

KD: Ano a ne.

KD: Jsme team, který má zkušenosti ze sociální práce, psychologie, psychiatrie, máme tam psychologa - rodinného terapeuta a potom jsme všichni zaměřeni na outdoor, zážitkovou pedagogiku, experimentální učení.

KD: Vždy se ujišťujeme, že se dovzděláváme v té části, která nám chybí.

KD: Při nástupu do práce musíme projít školením v prvních třech měsících. Např. Krizový a intervenční program, sebevražedné chování, zážitkové hry a učení. To musíme udělat

všichni, abychom byli na stejné úrovni, a pak je to hodně o dalším vzdělávání a načítání mnoha a mnoha knih.

NRS: Člověk by měl mít nějaké speciální vzdělání.

NRS: Pokud je třeba sociální pracovník nebo učitel, tak si myslím, že by měl být vytvořený seznam toho všeho, čím on musí projít, co musí přečíst, jaké metody musí znát atd...

NRS: Třeba určitě by měl člověk umět vést terapeutický rozhovor, měl by znát skupinovou dynamiku a umět vést skupinu, také by měl vědět, jak se chovat v outdooru, umět navigovat, umět přežít v přírodě a mít znalost z první pomoci.

Podkategorie: **Supervize**

JR: Vždy, když cítím, že ji potřebuji.

JR: Já superviduji své zaměstnance jednou za 14 dní či jednou za týden a svoji vlastní supervizi mám venku.

JR: V průběhu celého pochodu si dělám poznámky na témata na supervizi, abych je pak mohla odborně probrat a získat na ně náhled.

KD: Máme k dispozici našeho rodinného terapeuta, ale také máme supervizora z venku.

KD: Pokud se děje něco závažného, tak většinou rozhodnutí není jen na mě, ale je na celém teamu.

KD: O klientech mluvíme v naprosto otevřené, transparentní konverzaci.

NRS: Ano, máme supervize.

Podkategorie: **Duševní hygiena**

JR: Pokud si někdo na samotné cestě potřebuje odpočinout, tak to řekne a jde si někam na hodinu sám odpočinout. Ostatní z teamu za něj přebírají odpovědnost.

JR: Vzít pár dní volna a zregenerovat se.

JR: On se ukrývá rituál přechodu právě i v tom volnu a vybalování si batohu, praní špinavých věcí, čištění zablácených pohorek atd.

KD: Pořádně se vyspím, potkám se s přáteli.

KD: Abych byla opatrná se svými volnočasovými aktivitami, protože pokud jsou ty aktivity takové, že mě úplně vyčerpají, tak pak zase nemám sílu na to jít zpět do práce. Takže to vždy musím vybalancovat.

NRS: Po každém programu a expedici uděláme závěrečnou evaluaci a vždy zjistíme, kolik jsme se toho naučili a co všechno jsme zažili.

NRS: Silný pocit při tom, kdy se na nás nějaké dítě přílišně navázalo.

NRS: Cítím sama pro sebe velkou výzvu, že s těmito pocity musím pracovat, abych dokázala vytvořit prostředí, kdy dokážu dát tuto zodpovědnost do rukou těm, kterým patří, tedy jejich rodičům a ne ji přejímat sama na sebe.

| Kategorie: Wilderness terapeut |
|--|
| Podkategorie: Vzdělání |
| <p>Pojem wilderness terapeut ještě legislativně neexistuje. Nikde není ani určeno, co přesně by mělo být náplní jeho povolání. Můžeme se však domnívat, že pro obor WT je potřeba mít vzdělání v oblasti humanitních věd, jako je např. psychoterapeut, sociální pracovník, speciální pedagog či psycholog, a zároveň být vzdělaný v oblasti outdooru např. kurz první pomoci, znalost v oblasti orientace a přežití v přírodě atd. Zároveň, by pracovník WT měl být vybavený několika základními kurzy, které jsou určeny dle zaměření jeho klientely a ty určí samo zařízení.</p> <p>Z výzkumu vyplývá, že v organizacích s delšími zkušenostmi s WT existují přesně dané kurzy, kterými terapeut musí projít, a také existuje jakýsi systém kontinuálního vzdělávání.</p> |
| Podkategorie: Supervize |
| <p>Supervize v centrech probíhá většinou v interním prostředí. O klientech je možné mluvit zcela transparentně a detailně. Supervize probíhá většinou po expedici, či po ukončení programu. V jiných centrech je nastavena v pravidelném týdenním až dvoutýdenním intervalu. Vždy je možné využít supervizora, který nepůsobí v organizaci.</p> |
| Podkategorie: Duševní hygiena |
| <p>Duševní hygiena je často řešena právě supervizí či evaluačním sezením na konci expedice. Probíhá ve zcela individuálním duchu. Pro všechny dotazované je velmi důležitou součástí jejich práce. V kontextu rozhovoru vzešel častý způsob duševní hygieny za pomoci relaxace, dostatku spánku či trávení času v přírodě a svými koníčky.</p> |

Tabulka 2- Wilderness terapeut

5.3 Kategorie: Organizace WT- technická část

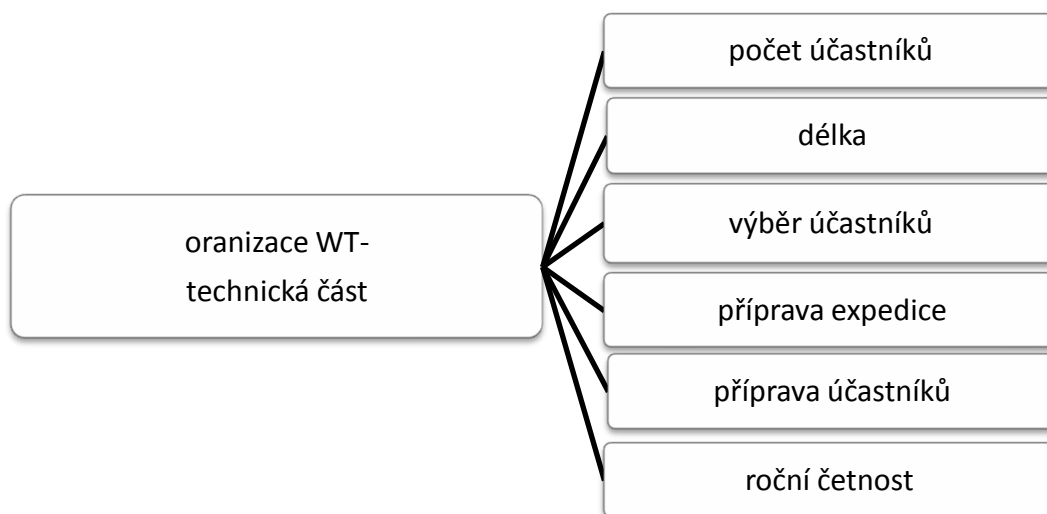


Schéma 3- Organizace wilderness expedice- technická část

Podkategorie: **Počet účastníků**

JR: Bereme maximálně 8 dětí.

JR: Čím méně lidí, tím je to větší zážitek.

JR: Důležité je si uvědomit, že ve skupině vždycky bude někdo, kdo ti bude brát hodně energie, a ty se musíš hodně kontrolovat, aby celá skupina měla tvoji pozornost.

KD: Náš program je pouze do 10 lidí.

KD: S tím většinou 5 pracovníků. Je to vždy 2-3 na jednoho asistenta.

NRS: Kapacitu máme 10-14 dětí.

NRS: S těmi počty musíme být opatrní, protože pokud je to náročná skupina, 14 lidí je opravdu moc.

NRS: Na 10 dětí je potřeba 6-7 pracovníků. Tyhle děti potřebují opravdu mnoho osobní pozornosti a energie.

Podkategorie: **Délka**

JR: Celkově expedice trvá 10 dní. Kdy je to rozděleno na tři části. První část trávíme přípravou společně s dětmi. 5 max. 6 dní je samotná WT v přírodě s chozením v přírodě, posledních pár dní máme na pozvolný přechod zpět do civilizace, který je opravdu velmi důležitý a nutný pro zpracování všeho, co je potřeba.

JR: Vždy bych to doporučila v tomto poměru. Je velmi důležité, aby měl člověk dostatek času na to připravit se, vstoupit do procesu a zase z procesu vystoupit.

JR: Celkově program trvá rok, někdy až 18 měsíců.

KD: Pět dní je ideální pro putování.

KD: Jsme vlastně tříměsíční program pro děti.

NRS: Na expediční část jedeme vždy jen na 5 dní.

NRS: Mladiství kvůli své váze nemohou mít batohy těžší než 15-17 kilo, což je tak akorát jídlo a vybavení na 5 dní.

NRS: Mysleli jsme si, že by bylo také možné udělat delší expedici, kdy by někde v púlce byly nachystány zásoby na druhou část pochodu, ale pak jsme usoudili, že by nám to přišlo hodně umělé.

NRS: 10-11 dní se týká té expedice.

NRS: Předtím 4 dny jsme měli hodně intenzivní přípravu stejně tak, jako poté, kdy jsme se zase věnovali reflexi.

Podkategorie: Výběr účastníků

JR: Máme poměrně dobře zmapované to, kdo s námi na expedici jede.

JR: Před odjezdem nám všichni musí odevzdat vyplněné předběžné formuláře, kde se ptáme na různé podrobnosti o jejich chování.

JR: Také pracujeme poměrně dlouhou dobu před tím, než vůbec někam odjedeme.

KD: Když už jsou u nás v tom tříměsíčním programu, tak jedou všichni, tam není žádná výjimka.

KD: Pokud mají jiné fyzické dlouhodobé omezení, tak se k nám do programu ani nedostanou, protože celý ten náš program je o outdoorových aktivitách.

KD: Vždycky se jde podle toho nejslabšího článku, tak aby se všichni cítili komfortně.

NRS: První část je poměrně dlouhá a věnována výběru klientů, kteří se programu zúčastní.

NRS: Se všemi dětmi se setkáváme nejdříve osobně a osobně s nimi a jejich zákonnými zástupci hovoříme.

NRS: Probíhá to tak, že máme kontakty s různými organizacemi (př. Dětské domovy, SOS vesničky, ...) a pak s těmito organizacemi jednáme. Instituce pak zvažuje, kdo potřebuje tento program nejvíce, koho oni by doporučili.

NRS: Rozdělujeme si kandidáty vhodné na naše programy za pomoci psychologických testů, rozhovorů, tvoření diagnostik mladistvých a pak následně vybírání těch účastníků, kteří mají největší problémy, a potřebují tedy pomoci nejvíce, a pak jednání s organizací, proč se který účastník zúčastní a který ne.

Podkategorie: Příprava expedice

KD: Domlouvá se, kdo půjde na expedici, kdo je vedoucí výpravy (tedy kudy se jde, kam se jde, kde se spí atd...), kdo je vedoucí terapií (co se bude dělat za aktivity, jak se k nim bude přistupovat, tedy vše, co souvisí s terapií jako takovou).

KD: Jsme spojeni s některým manažerem, který je na služebním telefonu, kdyby se něco stalo. Musíme vyplnit poměrně dlouhé formuláře o každém klientovi, kde jsou informace o jejich zdravotním stavu, kontakty a další důležité informace.

KD: Kam přesně jdeme, denní plán, kde se budeme pohybovat, kde který den budeme, kolik kilometrů najdeme, kde tam budeme spát.

KD: Děti pomáhají zabalit vybavení, zabalit jídlo, vybavení jakou jsou vařiče, hrnce atd...

NRS: Také je potřeba připravit jídlo na 11 dní.

NRS: Musíme připravit základní tábor, musíme projít a připravit celou tu trasu, kterou s nimi půjdeme. Najít, kde je voda, kde budeme spát, zjistit zda tam můžeme spát od lesní správy, najít a zkontrolovat, kde je neblíže nemocnice.

NRS: Také musím připravit pracovníky. Všichni dohromady vždy jdeme do toho základního tábora, kde procházíme celý program, o všem pečlivě diskutujeme, někdy je potřeba udělat nějaké změny či tam vložíme nové nápady.

NRS: Z důvodu bezpečnosti také hlásíme na správu lesů, že v té a té době se budeme pohybovat na tom a tom území. Jen kdyby se tam třeba zrovna lovilo, či tak něco.

NRS: Podepisujeme smlouvy, že kdyby se cokoliv stalo, že se o ně postaráme, že máme s sebou certifikovanou osobu první pomoci v divočině.

Podkategorie: Příprava účastníků

JR: Necháme každé dítě vyplnit žádost, na základě toho my jim pak pošleme dokument se vším, co budou na pochod potřebovat. Poté projdou naším interview, kde se také zabýváme tím, co budou na pochod potřebovat.

JR: Dva měsíce před samotným pochodem začneme s dětmi o pochodu mluvit. Také jiní mladiství, kteří už na pochodu byli, o tom s nimi mluví.

JR: Máme informační večer pro rodiče a sociální pracovníky, abychom se ujistili, že ví, co děláme, a co se bude dít.

JR: Poslední noc před pochodem zůstáváme všichni spolu proto, abychom se navázali vzájemně na sebe a pokud je tam někdo, komu to nejde, tak abychom mu pomohli a podpořili ho. Ten večer se také balíme, mají za úkol všechno, co potřebují přinést v tašce a společně

balíme do batohů. Tím nejen, že kontrolujeme, zda mají vše potřebné, ale také kontrolujeme, zda nemají i věci nepotřebné.

KD: Když přijdou na začátku do programu, tak je vybavíme naším vybavením na outdoor. Tyhle věci si balí, ale samozřejmě, je musí personál kontrolovat, aby všichni měli všechno.

NRS: Poté s těmi dětmi začneme více pracovat, začneme se více poznávat a začneme je pomalu připravovat na to, co se bude dít.

NRS: Expedice začíná v jednom lese, kde je speciální chata jako naše základna. Už tam není elektrika ani teplá voda či telefonní signál, ale zde ještě stále spíme v budově. Tady hrajeme nějaké hry, máme různé aktivity zaměřené na jednotlivce i na skupinu, učíme se orientovat v přírodě a učíme si zabalit batohy.

NRS: Tady je důležité zkontrolovat jejich vybavení a dovybavit je tím, co nemají, proto, aby nenastal žádný problém s vybavením.

Podkategorie: Roční četnost

JR: Jako organizace děláme terapie ve Skotsku a v Anglii a je jich maximálně 15 za rok, minimálně však 8.

JR: Hodně to záleží na tom, kolik peněz máme.

KD: Ročně máme 4 pětidenní aktivity.

KD: V červenci jsou to dva výlety na kanoích, v srpnu jsou to další dva na horolezectví a pochody s krosnami.

KD: Vždy se snažíme dostat ty děti co nejvíce ven.

NRS: Teď je to prozatím tak, že stihneme 3 až 4 programy za rok.

| Kategorie: Organizace technická část |
|--|
| Podkategorie: Počet účastníků |
| Počet účastníků vždy záleží na několika aspektech. Jedním z nich je, s jakou klientelou zařízení pracuje. Pracovníci musí být vždy na pozoru, kdo z účastníků bude vyžadovat jejich intenzivnější pozornost, aby personální pokrytí bylo vždy dostačující na počty klientů. Z výzkumu vyplývá řízení se přibližným poměrem 2-3 klientů na jednoho terapeuta. Druhým aspektem je řízení se počtem osob ve skupině, který je u všech respondentů průměrován číslem 10. V zásadě jde o to, aby ve skupině fungovala skupinová dynamika, ale zároveň čím je nižší počet osob, tím je atmosféra intimnější a člověk má možnost se dostat hlouběji k sobě samému. Minimální uvedený počet osob byl osm, maximální počet členů pak čtrnáct. |

Podkategorie: Délka

Délku WT v tomto případě rozdělíme na různé roviny. První z nich je celková délka programu. Tato délka je od 3 do 18 měsíců a závisí na tom, zda je to celkový pobyt v centru, ve kterém je v průběhu včleňován prvek WT jako jedna z užívaných metod či jde o ambulantní programy, kde je WT hlavním prvkem, ke kterému vše od začátku směřuje a následně na tomto základně dál s člověkem pracuje.

Druhou rovinou je délka WT expedice, která obvykle trvá 10-11 dní a dělí se na tři části. První (3-4 dny) a třetí část (2-3 dny) se odehrávají v základním táboře a je to část přípravná a část reflexní. Tyto dvě části jsou velmi důležité pro to, aby měl klient dostatek prostoru a času vstoupit do procesu expedice a zase z tohoto procesu vystoupit. Prostřední, druhá část, je částí samotné expedice v divočině, která trvá 5 dní. Délka této části je naprosto souhlasná u všech center a to z důvodu nutnosti kalkulovat s faktem nákladu, který si účastníci musí nést na zádech. Čím více dní expedice trvá, tím je potřeba více potravy a tím je i těžší batoh, což může být pro mnohé značně nekomfortní až nereálné. Je důležité se držet pravidla maximálně jedné třetiny váhy batohu na váhu daného člověka.

Podkategorie: Výběr účastníků

Výběr účastníků je poměrně časově náročná práce. Prvním krokem je mapování si institucí, které pracující s klienty vhodnými pro WT. Dále pak navázání kontaktu a vzájemná spolupráce s těmito centry. Dle výzkumu je důležité posbírat o potenciálních účastnících co nejvíce informací za pomoci dotazníků, interview, různých psychologických testů a dalších metod. Dále tyto účastníky rozřadit a sestavit tak skupinu, která by byla schopná společně koexistovat. Vždy je nutné si dát nejen pozor na psychický vývoj klienta, ale také na jeho fyziologický a zdravotní vývoj tak, aby byl klient schopen po fyzické stránce expedici absolvovat. Expedice pak v pochodu postupuje tak rychle, jak postupuje nejslabší člen skupiny proto, aby se všichni cítili komfortně.

Podkategorie: Příprava expedice

Přípravnou část bychom opět mohli považovat za jednu z velmi časově náročných fází. Tato část klade na organizátory značné nároky ve smyslu pro zodpovědnost a promyšlení věci do posledních detailů. Dle výzkumu jsou hlavními body přípravy: Tvoření teamu - kdo pojede, jaké bude zastávat role. Tvoření podrobného plánu trasy - místa na nocleh, možnosti pitné vody, možnost rozdělávání ohně, bezpečnost prostředí, blízkost nemocnice v případě potřeby, SOS kontakt. Nutností je také zjistit podrobné informace o klientech - zdravotní stav členů, pojištění, kontaktní osoby. Zajištění potravy a technického vybavení na expedici pro

všechny klienty i členy teamu. Příprava terapeutických činností na expedici. V neposlední řadě je to pak také příprava základního tábora, ze kterého slupina vychází, a také se do něj v poslední části expedice vrací.

Podkategorie: Příprava účastníků

Výzkum poukazuje na důležitost ještě před expedicí znát účastníky osobně a o expedici s nimi mluvit delší dobu dopředu. Postupně je tímto způsobem připravovat psychicky na to, co je čeká v divoké přírodě bez výhod běžného domova.

Účastníkům je v dostatečném předstihu zaslán seznam potřebného vybavení, které je nutné pro absolvování expedice. V některých případech je outdoorové osobní vybavení automaticky organizací poskytováno. Součástí dostatečné informovanosti je také komunikace se zákonnými zástupci dětí či institucemi, ve kterých děti žijí.

Data výzkumu také čteně poukazují na poslední dny před odjezdem na expedici, kdy se uskutečňuje hromadné balení batohů, které slouží nejenom k účelům edukativním (jak si správně batoh zabalit), ale také pro kontrolu vybavení (dostatku, či naopak nadbytku věcí v batohu). Pokud dítě v tomto případě postrádá něco z vybavení, ve většině případů je mu to zapůjčeno WT centrem.

Do přípravy účastníků bychom, dle vyzkoumaného, mohli zařadit také první fázi expedice, která se děje v základním táboře. Zde jsou mladiství poprvé konfrontováni s odejmutím civilizačních výhod, jako je teplá voda, elektronika či elektřina. Zároveň je to jakýsi předstupeň samotné divočiny z toho důvodu, že je zde ještě stále střecha nad hlavou v podobě nějaké horské chaty. Mladiství mají možnost poznat se skrze různé skupinové aktivity a celková práce je intenzivně soustředěná na naladění se na samotnou expediční část.

Podkategorie: Roční četnost

Četnost WT výjezdu ročně je pro účely našeho výzkumu velmi nestabilní položka, která se spíše odvíjí od velikosti organizace a jejího celkového zaměření, tudíž z nich nejde utvořit jednoznačný závěr či průměr.

Tabulka 3- Organizace WT technická část

5.4 Kategorie: Organizace WT terapeutická část

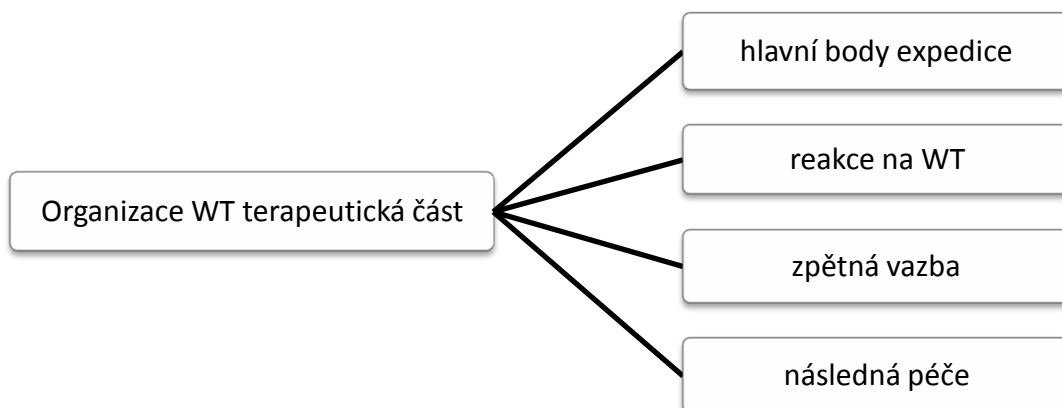


Schéma 4 - Organizace WT terapeutická část

Podkategorie: **Hlavní body expedice**

JR: Tím, že je vytrhneme z jejich každodenního života, se pak vlastně děje to, že oni nemají šanci manipulovat, protože nemůžeš manipulovat s něčím, co vůbec neznáš.

JR: Bereme jim veškerou strukturu, kterou ve svém životě měli, a je jedno, zda byla dobrá, nebo špatná.

JR: Pracuješ vlastně s mnohem čistější skupinou a v tomto případě můžeš pomoci lidem vidět v sobě věci, které normálně nevidí. Na to používáme hodně reflexí, kde jim můžeš hodně ukázat, demonstrovat a můžeš s nimi pracovat na tom, co mohou získat, v čem všem jsou dobří.

JR: Dále máme na své straně čas a často krásu přírody kolem sebe.

JR: Někdy se stane, že mají hodně silný šok z něčeho, ale i ten je součástí učení se a posunování svých hranic.

JR: „Solo“ jim dává možnost interpretace toho, co dělají, a pomůže jim zvědomit si, čeho všeho tam dosahují a tím to posilují.

JR: Také je velká možnost pracovat v přírodě metaforicky. Prostředí v tom případě využíváš jako svého koterapeuta.

JR: Spát venku, vařit si, naučit se stavět stan a postarat se sám o sebe. Jak si správně zabalit batoh, jak se správně oblékat.

KD: Vždy jdeme hodně hluboko a dostatečně daleko na to, abychom nenarazili na žádnou civilizaci.

NRS: Tihle lidé mají velký problém s tím, že jsou ještě opravdu hodně dětinští a nepřipravení se o sebe sami postarat, a proto jim s jejich dozráváním chceme tímto způsobem pomoci.

NRS: My jsme jim vytvořili Kruh odvahy, který má 4 dimenze a ty nesou čtyři základní elementy.

NRS: Hlavně ta zodpovědnost, kdy se nám ukazuje, že tyto děti tím, že jsou třeba v institucionální výchově, vůbec neví, jakým způsobem za sebe mít zodpovědnost, nemají s tím žádné zkušenosti. A proto my jim to dáváme hodně pocítit. Na jednu stranu cítí svobodu, kterou předtím neměli, ale také cítí strach, že vlastně neví, zda jsou schopní se o sebe postarat, zda nejsou v nebezpečí a že vlastně mnoho věcí ještě neumí.

NRS: Aby věřili sami sobě.

NRS: Účastníci jsou rozděleni do skupin, ve kterých mají vlastní mapy a každý den je jedna skupina vedoucí skupinou a dle mapy a vyznačené cesty vede ty ostatní.

NRS: Každý den nachodíme kolem 6 km, což je poměrně málo, ale pro ně je to poměrně hodně, protože oni na to nejsou vůbec zvyklí a ještě jak mají ty těžké batohy, tak jsou každý den velmi unavení. A ještě je pak potřeba připravit si spaní, rozdělat oheň a pak pracujeme na různých cvičeních, jako je třeba Solo.

JR: Některé pochody dokonce začínáme tím, že skupinu přivezme do základního tábora po tmě a to má neuvěřitelnou sílu. Oni vůbec netuší, kde jsou.

JR: Snažíme se to ochránit různými rituály a procesy přechodu.

Podkategorie: Reakce na WT

JR: Jejich reakce na samotném pochodu jsou pak hodně závislé na tom, jak dobře jsme je na to připravili my. Když jsou dobře připravení, tak ví, že se mohou spolehnout na skupinu, ví jak pracovat v teamu.

JR: Třetí den je obvykle ten nejhorší, protože se začne projevovat únava.

JR: Na konci se totiž děje hodně konfliktů, kdy skupina začne panikařit. Podvědomě cítí úzkost z odloučení se od sebe, z nějaké ztráty, odmítnutí a objevují se různé další strachy. To má za následek, že začnou být podráždění a celá skupina začne být na konci poměrně složitá.

JR: Proto je tak důležité před tím, než jdeme domů, být po určitou dobu v nějaké obytné části, aby tam došlo alespoň k částečné aklimatizaci.

KD: Technika solo - někdo ji miluje, někdo nesnáší.

NRS: Oni potřebují více času na důvěru nám, sobě i skupině. A zjistili jsme, že když se na tomto bude pracovat průběžně, tak jim vždy na tu adaptaci stačí jen mnohem kratší čas a mohou se zabývat sami sebou.

NRS: Když chodíme, tak to většinou nesnáší (brečí, nadávají, jsou naštvaní, ...) a pak když už dojdeme, oni odloží batohy, tak jsou šťastní, jsou plní energie, smějí se, stávají přístřešky a opravdu si to hodně užívají. Nejvíc jim dělá problém to chození.

NRS: Ta první noc je většinou trochu krizová, protože jsou třeba nervózní a nemůžou usnout, nebo je jim zima. Oni třeba mohou první večer trpět, ale díky tomu se z toho naučí mnohem více, a více se z toho poučí. To se děje hlavně třetí a čtvrtý den, kdy hodně mluvíme o emocích a pocitech. První a druhý den se totiž většinou více zabývají tím, jak to všechno přežít a od třetího dne už jsou více komfortní s přírodou.

Podkategorie: Zpětná vazba

JR: S dětmi děláme formuláře s otázkami před a po pochodu, jsou to odborně vypracované formuláře, které citlivě poskytují místo pro vyjádření svých emocí.

JR: Využíváme test hvězdy, který hovoří o našich dovednostech a jejich rozvoji.

JR: Děti sledujeme ještě rok po programu, kde jsou se svými náladami, emocemi, agresivitou, sebevědomím. To měříme bezprostředně po pochodu a rok po pochodu.

JR: Další zpětná vazba se týká metafor a toho, jak s nimi pracujeme. Nyní už máme výsledky, které poukazují na to, že čím více je člověk napojený na přírodu, tím méně má psychických problémů a větší je spokojenost.

JR: Máme 6 let materiálů, které nám poměrně jasně ukazují pozitivní výsledky.

KD: My máme určitou evaluaci, ale není to nic velkého.

KD: Někdy je těch pět dní dost na to, aby si dítě o sobě něco uvědomilo, dokázalo navázat spolupráci s ostatními atd. Vždy záleží na tom, v jaké fázi celého toho programu se to dítě nachází. Někdy nevidíme nic, což je hodně frustrující, ale někdy vidíme obrovské změny k lepšímu.

NRS: Poměrně brzy po expedici (týden až 10 dní) se stýkáme s každým dítětem a děláme s nimi individuální rozhovory a musíme zopakovat všechny ty psychologické testy, abychom změřili, zda se tam objevila nějaká viditelná změna.

NRS: Děláme ten samý strukturovaný rozhovor jako před tím, a tím se nám i objeví vždy několik jedinců (2-3), kteří zažádají o více individuální péče.

Podkategorie: Následná péče

JR: Ještě před odjezdem informujeme rodiče a mluvíme s každým z nich o tom, co je potřeba udělat, až přijedou jejich děti domů. Oni jedou domů a cítí se být jiní a nikdo kolem nich jim v tu chvíli nerozumí a oni to cítí, proto mají mentory.

JR: Ujišťujeme se o tom, že jim zavoláme první, druhý, třetí den, jak se cítí, zda jsou ok.

JR: Naše spolupráce s nimi pokračuje ještě dlouho. Většinou se hned víkend na to všichni sejdeme a všichni mají možnost být zase dohromady, sdílet své vzpomínky, cítit se dobře, sdílet fotografie. Fotky hodně řešíme, chceme, aby je děti měl a, také se to snažíme udělat zábavné a humorné. Také děláme takové velké mapy cesty, kde si připomínáme, co jsme kde zažili.

KD: Když přijedeme zpět z našeho výšlapu, tak neděláme nic tak specifického, protože oni stále zůstávají u nás v campu. Není to tak, že by šli domů. Takže se pere, probíhá hygiena, teplé jídlo a úklid.

KD: Největší věc, kterou musí projít, je třetí a poslední měsíc u nás. Je to měsíc přechodu, kdy hodně mluvíme o tom, jak se odloučit od závislosti. Píší dopis své závislosti. Tvoří si velký plakát toho, kde byli, kde jsou a kam chtějí směřovat. Plánují také svůj „velký“ poslední den u nás. Tohle je opravdu velký den, kdy pro ně pečeme dort a děláme několik rituálů odchodu.

KD: Když už jsou na konci celého programu, tak mají možnost chodit do programu, kterému říkáme následná péče. Tam mohou chodit každou středu. Tohle se zprostředkovává přes Alberta health services, děti mají možnost docházet mezi ostatní, kteří dokončili podobný program jako oni, a tam už mají zase další program, který je hodně zajímavý. Jsou tam pracovníci, kteří s nimi třeba vaří, něco vyrábějí, dělají různé ruční práce atd. To je vlastně jedno, co tam dělají, hlavně, že jsou spolu a mohou si být vzájemně oporou. Tady mohou být, do kdy chtějí a potřebují.

KD: My s nimi jsme v kontaktu také, ale jen pokud nám oni sami chtějí zavolat do práce a sdělit nám jak se mají.

KD: Ani jim na sebe nedáváme žádné osobní kontakty.

NRS: Někdy se tyhle individuály dějí i po Skypu, protože nejsme třeba ze stejných měst. Každopádně zůstáváme v kontaktu.

NRS: Většinou si sami děti vyberou toho, ke komu nejvíce přilnou a komu budou nejvíce věřit a zůstanou s ním v kontaktu.

NRS: Tahle následná péče, pak trvá po dobu jednoho roku, kdy jim pomáháme vytvořit vztahy s jejich okolím, protože se nám často stává, že nevěří nikomu jinému než nám, a to není dobré znamení.

NRS: Pomáhat jim tvořit další vztahy s rodinou, u s institucí, která se o ně stará, zkrátka s jejich nejbližšími.

NRS: Máme speciální skupiny s rodiči, a skupiny s rodiči a dětmi, a tam systematicky pracujeme na rodinné terapii.

Kategorie: Organizace terapeutická část

Podkategorie: Hlavní body expedice

Část hlavních bodů expedice je v po terapeutické stránce nejobsáhlejší ve smyslu různých jevů. Tento jev můžeme přisuzovat pravděpodobně právě tomu, že se jedná o samotnou expedici, kde působí mnoho silných vlivů přírody přímo na klientovu osobu. Jedním z hlavních bodů expedice je právě samotné vytržení klienta z jeho běžného prostředí a jeho včlenění do prostředí, které je mu neznámé. Tímto způsobem je klient přirozeně nucen vytvářet si nové způsoby reakcí na vzniklé situace, pro něj do té doby neznámé. Tyto reakce jsou posléze citlivě reflektovány terapeuty, celou skupinou a samozřejmě i samotným přírodním prostředím, a tím často přináší korektivní zkušenost.

Klienti se na expedici obvykle dostávají do situací, kde jsou konfrontováni s vlastními hranicemi např. celodenní pochody s těžkým batohem, spaní v přírodě, využívání lesa jako kuchyně, ložnice i záchodu zároveň, balení si batohu, postavení si svého přístřešku, obstarání si potravy, vody, ohně či vedení skupiny podle mapy. Tato konfrontace a překonání sama sebe je následně učí o vlastní síle, sebedůvěře, také jsou tímto způsobem vedení k zodpovědnosti sami za sebe i za skupinu.

Techniky nejčastěji využívané při WT jsou: Sólo, při kterém má klient za úkol být po stanovený čas sám v přírodě a mapovat své myšlenky (v některých případech jsou dána témata, o kterých si má každý individuálně zapřemýšlet). Sólo je různě dlouhé, nastavené podle vývoje skupiny. Někdy jsou v rozmezí několika minut, jindy hodin či existují sóla s přenocováním. Dalším důležitým bodem je práce s metaforou v přírodě, která napomáhá mladistvým pochopit mnohé životní pravdy a moudra. Pro pocit bezpečí a dostatečné ohraničení jednotlivých fází expedice se využívá velké množství přechodových rituálů. Důležitost a síla těchto rituálů je podrobněji popsána v první části této práce. Jedno z center našeho výzkumu také intenzivně pracuje s technikou Kruhu odvahy (Circle of courage), který je postaven na 4 elementech odrážejících naše nastavení směrem ke společnosti, tedy na duchu velkorysosti, sounáležitosti, mistrovství a nezávislosti. Tyto 4 elementy jsou spojeny s živly naší Země tedy ohněm, vzduchem, vodou a zemí a jsou využívány jako silné duchovní hledisko expedice.

Velmi důležitou součástí, kterou nemůžeme nazvat jako techniku, je však základem celé expedice, je být v dostatečné vzdálenosti od civilizace. Řídit se tedy heslem: „*Čím hlouběji do lesa, tím hlouběji do svého nitra.*“

Podkategorie: Reakce na WT

Reakce klientů na WT jsou často rozmanité nejenom protože se samozřejmě pracuje s individualitou každého člověka, ale rozmanitost také spočívá v jednotlivých dnech expedice. Naši dotazovaní uvádí častý šok na počátku expedice, kdy klientům dochází celková situace, kterou mají před sebou. Objevují se různé obavy a strachy, zda jsou schopni expedici zvládnout. První dny mohou být také krizové z důvodu narušení komfortní zóny člověka, který nikdy před tím netrávil noc v přírodě či jinde venku. Terapeuti dále upozorňují na třetí den, ve kterém se často dostavuje únava, a s tou může přicházet i podrážděnost a jiné silné emoce. Třetí den je zároveň vázaný s jakýmsi počátkem komfortu v přírodě, a tím se skupina může více soustředit na práci se svými pocity. Konec expedice je často spjat s jakousi nervozitou skupiny, která se může projevovat různými typy až agresivního chování. Tato nervozita vyplývá z návratu domů a odloučení se od skupiny, ve které byl člověk potvrzován.

Dotazovaní dále zmiňují techniku Sóló, která má obě polarity oblíbenosti. Mladiství ji mají, ale někteří naopak vůbec nemají rádi stejně tak jako samotné pochodování přírodou, které je často pro mnohé náročné po fyzické stránce.

Na jednotlivé reakce mladistvých je vázaný faktor připravenosti klientů, který pokud je dobře uchopen před vlastní pětidenní expediční částí, jsou reakce často mírnější a klienti mají k expediční skupině důvěru. Také je zde zdůrazňována důležitost samotné reflexní části na konci expedice, která se opět odehrává v základním táboře či nějaké již civilizovanější oblasti. V této fázi je podstatné dostatečné ukotvení klientů, které jim pomáhá v přirozenějším přechodu zpět do civilizace.

Podkategorie: Zpětná vazba

Dvě centra ze tří dotazovaných uvádí velkou důležitost zpětné vazby, ze které vychází pro své další expedice a práce na metodikách. Tato zařízení jsou právě centry, které ještě nemají legislativní ukotvení ve své zemi, proto se nabízí jistá spojitost mezi nutností zpětné vazby s potřebou dalšího metodického vývoje.

Zařízení se často soustředí na vývoj emocionálního vnímání klientů, dále pak jsou prováděny individuální rozhovory, ve kterých se sleduje způsob reakcí na situace před a po WT, a testy na vývoj zdatnosti v oblasti pobytu v přírodě.

Testování se většinou provádí před celkovým programem, bezprostředně po expedici a v určitém časovém (až ročním) intervalu po celkovém programu.

Dosavadní výsledky zpětných vazeb klientů ukazují na velmi pozitivní výsledky, které

vypovídají o vysoké účinnosti přírody jako terapeutického prvku.

Podkategorie: Následná péče

V oblasti následné péče se nám ukazuje několik různých způsobů, jakými ji centra zajišťují. Ve všech uvedených případech však kladou na následnou péči velký důraz a někteří tak stavějí základy pro další spolupráci s klienty či celým rodinným systémem.

Jedno z center používá telefonický kontakt mentorů s klienty v prvních dnech po expedici, na které navazuje hromadné víkendové setkání, zakládající se na společném vzpomínání, sdílení zážitků a připomínání si společně prožitých chvil. Toto setkání doprovází další ukončovací techniky, jako je tvoření závěrečné mapy cesty a zakreslování prožitých událostí či sdílení pořízených fotografií.

Druhé z center pokračuje ve své tři měsíce trvající práci s klienty běžným provozem, který je stále v prostředí přírody. Důležitějším bodem se pro ně však stává závěrečný měsíc pobytu mladistvého v centru, který je doprovázen řadou přechodových rituálů, jako je psaní dopisu své závislosti, tvoření plakátu svého života před a po závislosti, pečení dortu pro klienta a dalšími významnými rituály pro plynulý přechod zpět do civilizace. Po tomto přechodu mají klienti možnost navštěvovat centra následné péče, kam chodí jednou týdně a setkávají se zde se svými vrstevníky, kteří prošli podobnými programy. Tímto způsobem mají možnosti vzájemné podpory a zároveň jsou stále v rukou odborníků zařízení. Do těchto center mohou chodit, jak dlouho chtějí a potřebují.

Třetí z center staví následnou péči na další práci s klientem, v individuálních i skupinových sezeních. Také mají vytvořenou skupinu pro rodiče a skupinu pro rodiče a jejich děti, ve kterých pracují na pozitivním obnovení vzájemných vztahů.

Sami terapeuti mají zkušenost s tím, jak náročný může být přechod z klidné přírody do hlučného prostředí města, a proto jedno z center, ještě před expedicí, informuje rodiče těchto dětí o jejich případných pocitech, které se mohou dostavit po expedicích. Tímto způsobem eliminuje riziko nepříjemných emocionálních překvapení po návratu domů.

Dotazovaní jsou si silně vědomi faktu navázání silných osobních pout s klienty, která jsou zdravá po dobu WT, ale měla by se postupně uvolňovat s koncem programu, stejně tak jako jejich postupná spolupráce. Dále se snaží dbát na snímání vlastní zodpovědnosti za děti, ze sebe jako terapeuta. Tuto zodpovědnost se pokouší v co nejsrozumitelnější formě předávat do rukou tomu, komu patří a tím je rodič či jiná blízká osoba.

Tabulka 4 - Organizace terapeutická část

5.5 Kategorie: Projevy rizikového chování ve spojitosti WT

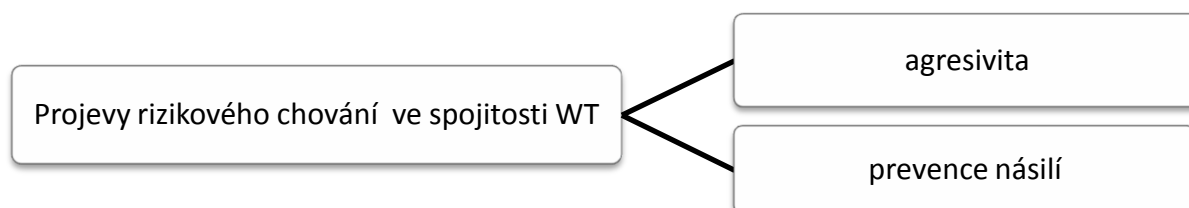


Schéma 5 - Projevy rizikového chování ve spojitosti WT

Podkategorie: **Agresivita**

JR: Často jednáme s dětmi, které jsou naštvané či agresivní, ale je to jiné. V přírodě je to vždycky jiné, než v městském prostředí, možná je to tím prostorem. Mají více prostoru na to tam se svým naštváním zabojovat.

JR: Když se stane, že má někdo úplně „zatmění“ agresivitou, což se stává celkem často, tak využíváme individuální terapie. V individuální terapii mají šanci si to zpracovat, pochopit to a vstřebat a pak je to ok.

JR: Většinou se naštvou kvůli maličkostem, jako že jim nejde pádlování, nebo je na ně někdo ošklivý, nebo si myslí, že se na ně někdo snaží být ošklivý a pak neudrží své pocity.

KD: Pokud se ve skupině objeví agresivita, tak do toho určitě jako personál vstoupíme.

KD: Máme všichni výcvik krizové intervence, takže víme, jak toho člověka ošetřit.

KD: Většinou se to děje tak, že necháme toho člověka od toho odstoupit, jde se s ním jeden z nás projít a vydýchat to. Proto je tam i tolik personálu.

KD: Vždy se snažíme těmto situacím předejít a když už, tak je nechat se rozpoutat.

KD: My nikdy nevíme, co přesně kterého klienta vyprovokuje, hlavně pokud je to klient nový.

KD: Píšeme o všem zprávy, a tím informujeme i ostatní kolegy, aby si na určitá témata, jednání či cokoli dávali pozor.

NRS: Máme v teamu 3 poměrně svalnaté muže a i tím, pokaždé když se něco začne dít, a oni do toho vstoupí, tak děti mají respekt a poslechnou.

NRS: V základním táboře strávíme hodně, opravdu hodně času nad stanovováním si pravidel skupiny, které si stanovuje skupina sama. Hodně se v pravidlech zabýváme právě agresivitou, využíváním různých náradí, co se děje v noci, když musí jít do postele, co se děje, pokud mají mezi sebou problém. Tohle my jen facilitujeme a oni to tvoří a nakonec je všichni podepíšeme.

NRS: Pokud se stane, že někdo pravidlo poruší, tak většinou oni sami mají tendence se navzájem kontrolovat a dávat si na to velký pozor.

Podkategorie: Prevence násilí

JR: Při balení batohů se také zaměřujeme na to, zda tam nemají něco, co by molo být ohrožující zdraví, jako jsou nože a jiné zbraně. Je to velmi chytrá cesta, jak je zkontrolovat ale zároveň to vypadá spíše jako pomoc.

JR: Když jsme na pochodu, víme, že máme ve skupině jedince, kteří měli problémy s násilím, či k tomu mohli inklinovat, tak mám nože, které bereme sebou, u sebe v batohu. Vyndáváme je, když je potřebujeme, tedy většinou na vaření, když je hotovo, tak je uklízíme opět ke mně do batohu. Někdy se dokonce musí zapisovat na půjčení nožů a pak zase odepisovat.

JR: Tahle věc je hodně nebezpečná, protože někdy má člověk pocit, že jedná s dobrou skupinou a má tendence zapomenout na to, s jakou klientelou jedná.

JR: Stalo se mi jednou, že jsme byli ohrožení, když jsme měli na programu jednoho chlapce, který měl problémy s drogami a také s prodáváním drog a začal panikařit, když si uvědomil, že u sebe nemá telefon.

JR: Máme vypracovaný celý evakuační plán, kdy vždy jsou dvě osoby, které jdou s tím daným člověkem k autu, kde si zabalí a je odvezen domů či si ho vyzvedne rodič nebo učitel. Je velmi důležité toho člověka oddělit od zbytku skupiny. I přesto je vždy dostatek personálu, který zajistí zbytek skupiny.

KD: Pokud jsem v základním táboře, kde máme kuchyň, tak tam máme všechny nože a ostatní nebezpečné nástroje zamčené v zadní kanceláři. Každý večer je pak musíme přepočítat a zkontrolovat, zda máme všechny, aby nedošlo k nějakým napadením či něčemu takovému.

KD: Pokud připravujeme jídlo, tak samozřejmě nože používají. Pak je ale musí vrátit a zase je odnášíme.

KD: Když jsme na samotné expedici, tak je mohou používat, ale vždy si dáváme pozor, komu je půjčujeme, a na konci dne je všechny uchováváme u sebe a zase počítáme. Nikdy je nemají přes noc u sebe.

NRS: Máme na to pravidlo, kdy nože mohou být venku pouze v případě, kdy to dospělí dovolí, jinak je musí dát zpět do svých batohů.

NRS: Každý má svůj nůž, a to i v případě, když se svým nožem neprijedou, tak jim jej půjčíme. Musím říct, že jsou s nimi velmi zodpovědní. Možná je to i z toho důvodu, že jim nikdy nikdo nevěřil a my jim věříme a řekneme jim to, že není důvod jim nevěřit, protože jsou na to dost

velcí, a také jsou sami zodpovědní za svá pravidla. Takže když někdo poruší pravidla, nechodí za námi, oni vědí, co se děje, když jsou porušena pravidla, a proč tam ty pravidla jsou.

| Kategorie: Projevy rizikové chování ve spojitosti WT |
|--|
| Podkategorie: Agresivita |
| <p>Agresivní chování může mít v prostředí přírody jiné rozměry, než v prostředí města. Zdá se, že příroda může člověku poskytovat více prostoru a možností pro to sám se svoji agresí zabojovat a ventilovat ji jiným způsobem. Pokud dochází k jakýmkoliv náznakům agrese, vstupují do konfliktu sami terapeuti a za pomoci svých zkušeností z výcviku krizové intervence a dalšího odborného vzdělání situaci ošetřují. Nejčastějším způsobem řešení je individuální terapie, kdy terapeut agresora odloučí od problému a za pomoci procházky v přírodě se snaží mladistvému pomoci s uvolněním napětí a poté mu na situaci poskytnout náhled.</p> <p>Situace agresivity v kontextu WT se zdají být i přesto, že hovoříme o rizikové mládeži, poměrně ojedinělé. Pokud nastávají, velmi často jsou vyvolány maličkostmi, kdy je mladistvý frustrovaný, něčím podrážděný či unavený. Z těchto důvodů je vhodné před začátkem samotné expedice pracovat na pravidlech, která si vytvoří sama skupina, a je si vědoma důležitosti jejich dodržování. Jedna z dotazovaných dokonce uvádí, že v takovém případě mají sami účastníci expedice tendenci přebírat zodpovědnost za jejich dodržování. Stejně tak je vhodné mít skupinu terapeutů genderově vyváženou, kdy v případech agresivity či dokonce násilí může být zapotřebí mužského charisma i síly.</p> <p>Centrum zabývající se tříměsíčními programy ještě poukazuje na vhodnost psaní zpráv o těchto mimořádných situacích, které jsou pak předány dalším kolegům pracujícím v programu s dětmi na následující směně. Tímto způsobem lze zabránit situacím, při kterých by se podobná událost u stejného člověka mohla opakovat.</p> |
| Podkategorie: Prevence násilí |
| <p>Za prevenci násilí je možné považovat již balení batohů, při kterém pomáhají mladistvým sami pracovníci. Tímto způsobem si mohou dát pozor na to, aby se mezi věcmi neobjevila nějaká zbraň či jiný nebezpečný nástroj. Tímto způsobem to nevypadá, že chtějí mladistvé kontrolovat, ale spíše jim pomoci při balení zavazadel.</p> <p>Ve dvou případech odpovědí mají všechny nože a další nebezpečné nástroje u sebe sami terapeuti a děti si je berou pouze v případě potřeby jako je vaření, sekání dřeva atd. Terapeuti v těchto chvílích musí být obezřetní a dávat pozor na to, komu nástroje svěřují, a zda jsou jim</p> |

vráceny. Tento způsob se děje buď za pomoci podepisování se při půjčení a vrácení nástroje či se nástroje na konci dne počítají. Velkou roli v tomto případě hraje důvěra terapeutů a zodpovědnost mladistvých.

Ve třetím případě se centrum řídí pravidly, která mají se skupinou nastavená. Tato pravidla jsou založena především na důvěře ve skupinu a její soudržnost, a proto si každý člen expedice nese nůž sám ve svém batohu. Jejich využívání je však ohraničeno pravidlem využívání pouze se souhlasem dospělého a pro daný účel, poté musí být nůž opět vrácen do batohu.

Pokud opravdu dojde k nějakému závažnému násilí, je důležité mít stanovený krizový plán, podle kterého musí být mladistvý odloučen od skupiny. V takovém případě je odveden dvěma pracovníky do nejbližšího civilizovaného prostředí, kde jej přejímá jiná zodpovědná osoba (jiný pracovník, rodič, učitel, vychovatel), a ta ho převáží domů. I z těchto důvodů je velmi důležité mít na expedici vždy dostatek personálu, který se může v případě jakékoliv mimořádně situace postarat o zbytek skupiny.

Tabulka 5 - Projevy rizikového chování ve spojitosti WT

6 INTERPRETACE VÝSLEDKŮ ANALÝZY

Tento přehled výsledků nám pomůže vytvořit si ucelený obraz o WT v praxi, kterou poskytují tři centra námi dotazovaná. Je důležité upozornit na výzkumnou podstatu tohoto přehledu, který si neklade za cíl vyjmenování obecných pravd platných pro jakoukoliv WT, ale slouží výhradně pro čtenáře práce jako sumarizace vyzkoumaného materiálu. Proto také neobsahuje podrobné vysvětlení některých jevů či technik, které jsou obsaženy a vysvětleny v samotných kategoriích.

Wilderness therapy bychom mohli pojmenovat jako způsob práce terapeuta, jehož hlavním nástrojem je prostředí přírody. Přesněji řečeno prostředí divočiny, pod kterou se skrývá krajina odlehlá od civilizovaného světa. Hlavním smyslem WT je putování divočinou po několik dní, které pozitivně doléhá na psychiku účastníků, a tímto způsobem dochází k sebezkušenostnímu prožitku účastníků. Tato zkušenost je dále doprovázená odbornými kroky terapeutů, které přispívají k hlubšímu poznání osobnosti osoby účastníka, a korektivně emoční zkušenosti jeho reakcí. K tomuto jevu nemalou měrou přispívá skupina ostatních účastníků, která je naladěna na stejný způsob práce a její členové prožívají velmi podobné emoce a také fakt, že v širokém okolí se povětšinou neobjeví žádná jiná lidská bytost.

Pokud bychom se podívali do legislativního rámce jednotlivých zemí, tedy v našem případě Anglie, Maďarska a Kanady - provincie Alaberty, nezjistili bychom o WT příliš mnoho informací. Je to z toho důvodu, že i když je WT na kontinentě Severní Ameriky již přes dvě desítky let, je stále poměrně novou terapeutickou metodou. Díky původu samotné terapie má Kanada oproti dvěma ostatním zemím značnou výhodu v tom, že je zde WT využívána v rámci resortu sociální práce a školského resortu. Z obou těchto resortů jsou centra i finančně podporována a mají k dispozici určité metodiky, které jsou pro ně závazné. Zároveň mají stále jistou svobodu ve své terapeutické činnosti, kde si metodiku vytvářejí sami. Na druhé straně pomyslného mostu WT jsou dvě evropská centra, která prozatím nevycházejí z žádného legislativního rámce. Veškeré jejich metodické podklady vychází z jejich vlastních zkušeností, znalostí a vzdělání. Tyto metodiky jsou tvořeny postupnými kroky samotných center a jsou spíše živými, neustále se přetvářejícími dokumenty.

Legislativní neukotvenost provází také samotné povolání wilderness terapeuta. Prozatím v žádné z dotazovaných zemí není jasně dané, co je vhodným vzděláním pro práci wilderness terapeuta. I přesto, je možné konstatovat, že samotná centra a jejich terapeuti již tuto představu mají. Mělo by se jednat o osoby, které mají studijní základ v humanitních

oborech jako je psychologie, speciální pedagogika, sociální práce či být ideálně vybaven některým z psychoterapeutických výcviků. Tato humanitní stránka by pak měla být doplněna o takzvané „hard skills“ v oblasti outdooru, jako znalost orientace v přírodě, způsob přežívání v různých typech přírodního prostředí, první pomoc v divočině atd. Každý člen teamu by se pak měl dále vzdělávat v těch odvětvích, která mu nejsou zcela vlastní a neustále všechny tyto schopnosti zdokonalovat a rozvíjet.

Terapeuti by měli mít vždy možnost v centru využívat supervizi, které mohou probíhat v rámci interního teamu, ale také mají otevřenou možnost využití osoby zvenčí. Intenzita supervizních setkání je často nastavena na týdenní či dvoutýdenní interval a obvykle se dějí hlavně po samotné expedici. O klientech je možné mluvit otevřeně a transparentně. Supervize je pro pracovníky nejen důležitá z důvodu vlastního rozvoje, ale také z důvodu duševní hygieny, která je pro práci s lidmi vždy neopomenutelná. Další způsoby duševní hygieny jsou u jednotlivých terapeutů ryze individuální záležitostí, která je spojena s osobnostním nastavením člověka.

Putování přírodou můžeme nazývat termínem „expedice“, která se skládá ze tří částí a její délka je povětšinou 10 až 11 dní. Všechny z těchto tří částí mají svůj ojedinělý význam a jedna bez druhé nemohou správně fungovat. První část expedice je přibližně 3 až 4 dny dlouhá a jejím hlavním posláním je příprava vybrané skupiny na putování divočinou a práci na sobě samém. Jedná se tedy o to, aby člověk byl připraven po stránce psychické, a k jeho komfortu mu postupně stačilo mnohem méně materiálního zabezpečení než v civilizaci. I z tohoto důvodu se tato část realizuje na určitém místě, zvaném základní tábor, které už je v odlehlejší části osídlených oblastí. Výhody civilizace jsou zde již jasně omezeny, např. není zde internet, elektřina, členové spí v dřevěných chatkách či srubu, ale stále jsou zde ponechány jiné výhody jako je kamenná kuchyň, kde se vaří jídlo, voda teče z kohoutku a účastníci mohou spát na postelích. Dalším důležitým krokem v první fázi je synchronizovat skupinu tak, aby byla schopná v divočině kooperovat, jednotliví členové se mohli spolehnout jeden na druhého, a všichni členové měli dostatek informací potřebných k životu v přírodě. Tato fáze je velmi důležitá pro ponechání dostateku času účastníkům pro samotnou adaptaci na nové podmínky.

Druhá fáze expedice trvá ve většině případů 5 dní, a to z toho důvodů technických i psychologických. Technickým důvodem jsou těžké batohy, ve kterých musí účastníci nést potravu na celou délku expedice. Pokud je pochod delší než 5 dní, jsou batohy pro účastníky příliš těžké. Psychologickým důvodem je probíhající proces diskomfortu v prostředí přírody a postupného nalézání si právě tohoto komfortu. Tento proces nalezení se většinou děje po

třetím dni expedice. Zároveň zde má velký vliv každodenní putování (chození) po přírodě, které je každodenním břemenem. Při této chůzi mají účastníci často možnost přemýšlet o svém životě a různých tématech, která jsou jim šetrným způsobem terapeutů nabídnuta. Na těchto tématech se pak pracuje každý večer, když skupina usedá do kruhu ke společnému ohni a reflektuje dění celého dne. V průběhu putování musí skupina projít ještě několika fázemi vývoje samotné skupiny a také určitými psychoterapeutickými technikami, metodami a formami práce, které jsou součástí celé expedice. Tyto prvky mohou být různorodého charakteru, vždy si však kladou určité cíle, které reagují na účastnickou skupinu. Mezi nejčastěji používané patří např. kruh odvahy, technika sólo, práce s metaforami v přírodě, velké množství přechodových rituálů, práce s psaním deníků, skupinové sdílení, práce na vizi budoucnosti a tvoření dopisů pro sebe či svoji závislost.

Třetí fáze expedice je věnována postupnému návratu zpět do civilizovaného prostředí. Odehrává se většinou opět na místě základního tábora z první fáze či na jiném místě podobně situovaném v přírodě. V těchto momentech se účastníci expedice po dobu dvou až tří dní věnují intenzivní reflexi a sebereflexi, která je nosným prvkem pro uvědomění si právě prožitých zážitků. Účastníci jsou tímto způsobem vybízeni k uvědomění si vlastních hodnot, kvalit a síly, kterou měli při celé expedici. Je jim poskytnuto zvědomění všech prožitých zkušeností, které jsou pro mnohé velmi silnými pozitivními a motivačními činiteli. Nedílnou součástí třetí fáze je přivyknutí si opět na civilizaci, aby nedošlo k přílišnému šoku účastníků. Na tento šok jsou oni i jejich nejbližší, kteří s nimi na expedici nejsou, předem připravováni právě z toho důvodu, aby se zmírnila jeho intenzita.

Samotná expedice, která by neměla dostatečně propracovanou přípravu a následně by na ni nebyla navázána další práce s účastníky, by mohla být zajímavým a velkým zážitkem, ale pravděpodobně by zdaleka neměla tak velký přesah do dalšího života a psychického nastavení účastníků. Z těchto důvodů je celková expedice součástí jednoho velkého programu, který trvá 3 až 18 měsíců a po této době ještě může navazovat další následná péče.

Do přípravné části programu patří vhodný výběr účastníků. WT je vhodná pro mnoho různých skupin účastníků. Náš výzkum se zaměřoval pouze na jednu z těchto skupin a tou jsou mladiství, u kterých se objevuje rizikové chování. Věková hranice těchto účastníků je v každém z center jinak nastavená, ale všechna centra se shodla na věku účastníků spadajících do vývojové fáze pubescence a adolescence.

Do jednoho programu jsou bráni klienti do počtu 14 osob, což je horní hranice. Průměrně je do jednoho programu bráno 10 mladistvých a to z toho důvodu, že je vždy potřeba zajistit dostatek personálu pro celou skupinu na část expediční, což vychází průměrně

na dva až tři klienty pro jednoho terapeuta. Centra se často řídí tím, že čím je nižší počet účastníků, tím je více prostoru pro rozvoj jednotlivců a jejich niternější naladění se na sebe samé. Zároveň je nutné dodržovat dostatečný počet osob pro funkci skupinové dynamiky, jakožto dalšího důležitého činitele WT.

Účastníci jsou vybíráni podle různých klíčů jednotlivých center zaměřujících se na konkrétní sociální problém, který má společného jmenovatele v rizikovém chování. Centra mají často zmapované a zkontaktované instituce ve svém okolí, které s jejich cílovou skupinou pracují. Od jednotlivých institucí pak dostávají doporučení, kteří z jejich klientů by byli vhodnými kandidáty na WT. Centrum s každým kandidátem prochází řadou psychologických testů, interview a za pomoci dalších informací o klientech seskupuje účastnickou skupinu pro WT, která bude podobně naladěná a schopná společně koexistovat. U výběru účastníků je nutné vždy respektovat fyzický stav jednotlivých osob a dbát na fakt, zda jdou do programu dobrovolně.

Na výběr účastníků navazuje část přípravy expedice, která se skládá z tvoření týmu pracovníků, kdo kterého mohou být někdy přibírání i dobrovolníci. Každý člen týmu má svoji jasnou roli, kterou zastává. Dále je nutné vytvořit plán expedice, tedy trasu, na které se pochod půjde. Zde se tým musí zabývat všemi detaily, které jsou velmi důležité, jako kde se bude přesávat, kolik se za den ujde kilometrů, dostupnost vody po celé délce trasy, zda se může na jednotlivých místech rozdělávat oheň, zda prostředí, ve kterém se trasa půjde, je bezpečné, kde je u každého stanoviště nejbližší civilizace či kde je nejbližší nemocnice. Také je důležité vždy mít sebou nějaký SOS kontakt na člověka, který ví přesnou trasu pochodu a má veškeré informace o celém procesu a účastnících a tento člověk je pak v případě nutnosti schopný zajistit pomoc. Dále je nutné naplánovat terapeutické aktivity, které budou po část expedice probíhat. Proč tam jednotlivé prvky budou a kdo je bude vést. Nedílnou součástí je zajištění technického vybavení pro celou expedici. Příprava základního tábora, příprava veškerých pomůcek pro účastníky, nákup potravin na 11 dní expedice pro celou účastnickou skupinu včetně týmu.

K přípravě účastníků kromě předání seznamu nutného vybavení samotným účastníkům včas a s dostatečným předstihem, je nutné, aby účastníci byli na dobu expedice zdravotně připojištěni. Je nezbytné účastníky připravit především po stránce psychické a to za pomoci hovorů o expedici s obsahem: Co na expedici bude probíhat, jak a co může účastník pro sebe udělat, aby se cítil být v co největším komfortu. Poslední dny před odjezdem na expedici je vhodné s každým z účastníků zkontrolovat jeho vybavení a správnost zabalení batohu, který by nikdy neměl přesahovat jednu třetinu váhy osoby. Pokud někomu

z účastníků chybí něco ze základního vybavení, centrum mu je povětšinou schopné pomůcku půjčit ze svých skladů.

Účastníci mají na expedici i po expedici rozmanité reakce, které jsou z počátku často negativního charakteru. Ještě před expedicí je častá reakce strachu a úzkosti z toho, zda to jsou schopni zvládnout. V průběhu začátku expedice se mohou objevovat projevy vycházející s diskomfortu prvních dní, jako je únava, nevyspání či podrážděnost. Ke třetímu dni tyto emoce sílí na intenzitě. Postupně pak zase slábnou, až se dostaví pocit komfortu. Až poté se skupina začne více soustředit na terapeutickou práci a přírodu kolem sebe. Na závěr expediční části se mohou objevit další nepříjemné pocity účastníků, které souvisí s nervozitou z návratu a odloučení od skupiny, ve které se cítí být potvrzováni. Každá z terapeutických technik (viz výše) také podléhá určitým reakcím, které jsou tak různorodé, jako sami účastníci.

Po skončení expedice přichází část následné péče a zpětné vazby, která započíná opět testováním několika různými způsoby. Ty jsou většinou shodné se způsobem testování před expedicí a také s testováním probíhajícím přibližně rok po celém programu. Zpětné testování probíhá pouze v případech evropských center, která tímto způsobem zjišťují efektivitu svých programů na změnu chování a prožívání účastníků. Také tímto zajišťují materiál k výzkumům sloužícím pro tvoření dalších metodik. Následnou péči považují všechna centra za velmi důležitou část celého programu a někteří tímto způsobem staví základy pro další práci s klienty či celou jejich rodinou. Následná péče může být realizována i telefonickým kontaktem s jednotlivými účastníky, na který pak navazuje víkendové setkání všech účastníků. Takové setkání je naplněno společným vzpomínáním na expedici, tvořením společné koláže expediční cesty, sdílení fotografií či různých příběhů. Pokud se jedná o program, který dále navazuje na delší dobu strávenou v základním táboře, neděje se nic příliš specifického, protože program stále pokračuje v prostředí přírody. Následná péče v tomto případě přichází až tehdy, kdy účastník zcela končí program. V takovém případě nejenom, že před odchodem prochází velmi silnými rituály přechodu a odloučení trvajících po několik dní, ale po návratu do civilizace je předán do rukou centra s navazujícím programem. Do tohoto programu může mladistvý chodit jednou týdně, po jak dlouhou dobu chce a potřebuje. Terapeuti upozorňují na sílu pout, které si s účastníky po dobu programu utvořili a poukazují na potřebnost včasné práce na vzájemném odloučení se. To je spojené se snímáním zodpovědnosti za účastníky ze své osoby a ponechání této zodpovědnosti pečovateltům, nebo samotným někdy již dospělým účastníkům.

Ukazuje se, že v rámci WT je chování účastníků s rizikovým chováním mnohem mírnější povahy, než je tomu v prostředí městském. Účastníci mají často možnost, čas

a prostor se svými negativními reakcemi zabojuvat a samotnou agresi uvolňovat přijatelnějším způsobem. I přesto, pokud se agrese objeví, terapeuti do tohoto vstupují za pomoci individuální terapie, která probíhá za chůze izolovaně od ostatních. V průběhu této doby má účastník možnost své negativní pocity uvolnit, podívat se na situaci s odstupem a tímto způsobem získat náhled a uvědomění o tom, co právě prožil. Všichni wilderness terapeuti by měli být vyškoleni výcvikem krizové intervence či jiným odborným vzděláním. Celý team by z těchto důvodů měl být také genderově vyvážen, pro případ potřeby mužské či naopak ženské síly či charisma. Agresivitu i jiné negativní jevy lze velmi dobře potlačit i tvořením společných pravidel, které většinou probíhá v první části expedice. Pokud jsou tato pravidla vytvořena samotnými účastníky, kteří znají a rozumí důvodům jejich důležitosti, tak poté mají tendence si sami hlídat hranici jejich překročení. I přesto pokud se dostane agrese do násilné podoby, je vždy nutné mít vypracovaný krizový plán. V takovémto plánu je nutné účastníka odloučit od skupiny a doprovodit jej do nejbližšího možného místa, kde si jej může vyzvednout jiná za něj zodpovědná osoba.

Pokud se zaměříme na prevenci násilí, které by mohlo vzniknout z důvodu častého využívání ostrých předmětů (nožů, seker, pil) potřebných pro používání na expedici, je nezbytné mít nastavená určitá pravidla. V některých případech centra využívají pravidla vydávání nástrojů z batohu jen po svolení terapeutů a jindy, pro větší jistotu a bezpečí, nosí všechny tyto předměty u sebe terapeuti a dávají je účastníkům jen v případech potřeby. V těchto případech poukazují na nutnost kontrolovat, kdo si je půjčuje a zda jsou všechny nástroje opětovně vráceny zpět. Stejně tak jako v případě negativního chování terapeuti poukazují na fakt, že situace násilí se dějí zcela výjimečně či se s nimi vůbec neseťkali.

6.1 Závěry interpretace výsledků analýzy

V rámci výzkumu bylo naším cílem nalezení přínosu WT v českých podmínkách pro speciálně pedagogickou praxi etopedickou, a to způsobem obohacování se systémem práce s WT v jiných zemích. Byly proto stanoveny tři výzkumné otázky, které nám určily základ daných kategorií, které zde budou stručně interpretovány:

➤ *Jaký význam a účinnost má wilderness therapy?*

Význam WT spočívá v pozitivním působení prostředí přírody (především tedy divočiny odlehle od civilizace) na psychiku člověka, za pomoci něhož dochází k osobním prožitkům účastníků. Tyto prožitky jsou propojovány s intenzivním

působením skupinové dynamiky a terapeutické práce vyškolených pracovníků. V takovéto kombinaci pak dochází k osobnostnímu rozvoji na úrovni sociální komunikace, vlastního sebevědomí a sebepojetí, flexibility a v neposlední řadě adaptaci a způsobu vnímání přírody kolem sebe.

➤ *Jakým způsobem probíhá příprava a organizace wilderness therapy?*

Příprava WT expedice je založená na bodech: - výběru a následné přípravy účastníků na expedici, - přípravy expediční trasy se všemi podrobnostmi (typu: místa s pitnou vodou, vhodná místa na nocování, bezpečnost oblasti či vzdálenosti do nejbližší civilizace), - přípravy základního tábora a také veškerého vybavení nutného pro expedici, - přípravy programu expedice.

Organizace WT expedice můžeme rozdělit na tři základní části: - První část expedice strávenou v základním táboře, kde účastníci přivykají prostředí divočiny, také probíhá seznamování skupiny (2-3 dny). – Druhá část samotné expedice, která spočívá v chození po divočině s batohy naloženými vším, co je potřeba pro přežití. Zde probíhá velké množství sebezkušeností, které jsou zpracovávány v reflexích (5 dní). - Třetí fáze probíhající opět v základním táboře slouží pro zpracování všech prožitých zážitků a zkušeností a postupné přivykání si civilizovanému prostředí.

➤ *Jak se projevují klienti s rizikovým chováním na wilderness therapy a po ní?*

Výsledky poukazují na značné změny v chování klientů v prostředí přírody. Jejich projevy jsou označovány jako umírněnější a chování stabilnější. Pokud se v průběhu programu objeví vzorce agresivního či násilného chování, je s nimi terapeuti odborně pracováno a účastníkům je poskytnuta možnost náhledu na problém.

Výsledky výzkumu ukazují na značné zlepšení klientů v jejich rizikových projevech stejně tak jako v osobním sebehodnocení a motivaci.

7 DISKUZE

Hlavním záměrem této práce bylo zjištění potenciálu wilderness therapy pro speciálně pedagogickou praxi etopedickou za pomoci výzkumného dotazování tří zahraničních center, která již mají zkušenosti s tímto konceptem a soustředí se na klientelu mládeže s rizikovým chováním. Také v teoretické části práce jsme se dozvěděli celou řadu informací o WT, která je v naší zemi ještě neprobádanou oblastí. I přesto, že tomu tak je, nelze říci, že by se v ČR nepoužívaly jednotlivé prvky WT. Z tohoto důvodu byla také do teoretické části práce zařazena část pojednávající o příbuzných disciplínách, ve kterých se objevují dva u nás známé přístupy práce. Prvním z nich je Zážitková pedagogika (dále jen ZP). Při čtení těchto slov se mnohým čtenářům může vybavít název nejznámější instituce s dlouholetou tradicí ZP v naší republice, kterým je Prázdňinová škola Lipnice. Tato organizace vznikla roku 1977, ale její kořeny sahají ještě hlouběji do roku 1964, kdy proběhly první tábornické školy (Hanuš, 2009). S ohledem na to, jakým způsobem ZP pracuje, se autorka domívá, že by to mohl být jeden z výchozích bodů čerpajících pro WT v našich českých podmínkách. V tomto smyslu je myšlen pouze koncept propojení s prostředím přírody, nikoliv dramaturgická složka ZP, o které se zmiňujeme v teoretické části.

Druhým konceptem vzniklým v Severní Americe přímo vzešlým z WT je Adventure therapy (dále jen AT) v ČR známá jako dobrodružná terapie (Kirchner, 2011, v knize *Teorie dobrodružné terapie*). O této problematice v ČR píše především Běla Hátlová a Jiří Kirchner, kteří upozorňují na fakt náročnosti prosazení tohoto oboru v kurikulech jednotlivých studijních oborů v celosvětovém měřítku z důvodu nekonzistentnosti teoretického základu, nejednotnosti v terminologii a především absencí dostatku vědecky ověřených dat. I přesto má Česká republika mezi několika vysokými školami celého světa svoji zástupnou univerzitu, která přijala tento koncept do svých předmětů. Jedná se o Univerzitu J. E. Purkyně v Ústí nad Labem, kde byl začleněn předmět v oborech aktivity v přírodě a přírodovědného učitelského studia psychologie - psychomotorika (Kirchner, 2011). Díky tomuto kroku a mnoha odborným institucím, které AT a částečně i WT využívají, aniž by o tom bylo ve vědeckých kruzích známo, jistými kroky přispívá k dobrému základu pro budování WT a posilování AT.

Zde si uvedeme jeden z takovýchto projektů, abychom si utvořili ucelený přehled o tom, jakým způsobem je využívána adventure a wilderness therapy v ČR. Projekt s názvem Santiago Crow 2012 vznikl za podpory Evropské Unie, jehož organizátory bylo české občanské sdružení Čija Čekia a španělská organizace AC Amics de la Biblioteca de la fontem. Mezi hlavní cíle projektu bylo za pomoci absolvování tradiční poutní cesty do Španělského

Santiago de Compostela představit 20 mladistvým ve věku 17-25 let možnosti vědomé práce s reflexí, sebereflexí, osobním zaměřením a možnostmi jeho naplňováním, hledáním a udržováním rovnováhy a harmonie na tělesné, duševní i spirituální úrovni. Organizátoři se také snažili o podporu vnímání zodpovědnosti za své činy a vlastní život, spoluzodpovědnosti za funkčnost skupiny, rozvoj schopnosti komunikovat (a to i v cizím jazyce), práce na způsobu řešení krizových situací, konfliktů a vytvoření možnosti seberealizace každého účastníka. Skupina byla složena s mladých lidí (české a španělské části), kteří se potýkali s náročnými životními situacemi (odchod z dětského domova či z rodiny se závislostmi) a necítili se být dostatečně zodpovědní za svůj život a spoluodpovědní za dění kolem. V rámci jednotlivých národností s nimi bylo již předtím pracováno na psychoterapeutických sezeních (jedna část české skupiny mladistvých), či za pomocí zážitkové pedagogiky (druhá část české skupiny a španělská část mladistvých). Skupina tedy již před samotným projektem měla navázané vztahy s expedičním teamem a byla zkušená ve skupinové práci, i když pokaždé jiným způsobem (Dostupné z: <http://www.ciacekija.cz/nase-projekty#santiago> a vlastního rozhovoru autorkou projektu Švecovou, J.). Hlavní smysl této cesty byl postaven na principu přechodových rituálů z dětství do dospělosti, o jejíž důležitosti jsme se zmiňovali již v teoretické části práce a náš výzkum na ně taktéž upozorňuje. Také si povšimněme věku účastníků této expedice, který je stejně tak, jako ve všech případech WT opět soustředěn na mladistvé. Vývojové období mladistvých detailně popisuje druhá kapitola teoretické části, je tomu z toho důvodu, že je nezbytně nutné mít dobrou znalost věkových zvláštností osob, se kterými pracujeme. Ještě o to více je tomu právě u osob mladistvých, jejichž životní období je velmi specifické pro své silné charakteristické znaky. Jedna z autorek projektu napsala neformální popis a význam této expedice, který velmi výstižným způsobem poukazuje na principy projektem využívané: *„Gro je, že neustále měníš pozici těla, neustále zakoušíš nové podněty, jsi v neustále se měnícím prostředí, s jinými lidmi než obvykle/ jsi sám, vyjíždíš ze zajetých „autopilot kolejí“. Vzniká ti tím přebytek času, který můžeš použít k myšlení (a protože jej skutečně netrávíš u pc, tv, s lidmi v hospodě, apod. - nezaplácáváš ten čas), tak to generuje myšlenky a ty ty myšlenky tedy MUSÍŠ ZPRACOVÁVAT – a ROSTEŠ. NEMŮŽEŠ PŘED NIMI NIKAM UTÉCT – do aktivit, do ne/strukturovaného programu, k i-padu, k lidem... – A TO JE POINTA CESTY“*(Švecová-osobní zdroj). Autorka, při osobním rozhovoru, dále upozorňovala na faktor zahlcení technikami, kterého se celý team snažil vyvarovat. V tomto bodě můžeme hovořit o významném propojení s myšlenkou WT, soustředící se na samotný pochod přírodou, který vede k možnosti volného přemýšlení nad sebou samým a svým životním nastavením a naopak se brání strukturovanému programování,

keré je typické pro zážitkovou pedagogiku. V ZP se naopak jedná o účelné směřování člověka k tématu, které je také soustředěné na prožitek, bohužel však z terapeutického pohledu nepříliš dbající individuálních potřeb jednotlivců. Projektů jako je Santiago Crow 2012, které velmi citlivě využívají prvku AT a WT, není mnoho, je však možné nalézat i další. O to více bychom se měli zamyslet nad tím, zda by nebylo vhodné sjednotit terminologii a metodologii pro obor WT i v České republice a tím přispět k rozvoji celého konceptu.

O velkém množství průkazných pozitivních účinků WT pojednává také poměrně mnoho zahraničních výzkumů, které korespondují s námi zjištěnými daty výzkumu, v části reakcí účastníků na WT. Jedno z nejnovějších bádání s názvem „*The Wilderness Expedition: An Effective Life Course Intervention to Improve Young People’s Well-Being and Connectedness to Nature*“ (Barton, 2016) zabývající se efektem WT na další život mladistvých, jejich životní pohodu a další vztah k přírodě, udává podporující data, ukazující na zlepšení životní pohody u osob, které byli účastníky WT. Kvantitativní výzkum byl proveden na vzorku 929 účastníků WT a tímto způsobem podporuje a souhlasně hovoří o již existující literatuře, která udává zvýšení sebevědomí účastníků WT, příznivě působící na jejich mentální zdraví, schopnosti vyrovnání se s úzkostí, stresem či depresí. Také hovoří o možné úspoře státních nákladů na léčbu duševních onemocnění a z tohoto důvodu navrhuje propojení WT se školskými vzdělávacími programy. Tímto způsobem by mohlo být dosaženo duševní pohody dospívajících jedinců, a tím i snížení počtu jedinců s rizikovým chováním či duševním onemocněním.

Druhý výzkum „*Wilderness Therapy, Interpersonal Skills and Accomplishment Motivation: Impact Analysis on Antisocial Behavior and Socio-Professional Status*“ (Paquette, 2014) bádající v oblasti působení WT na interpersonální dovednosti a míry motivovanosti klientů, zjistil pozitivní vliv WT na antisociální chování i socioprofesní status mladistvých. Na vzorku 220 mladistvých, kteří měli problém s delikventní činností, byl za pomoci tří po sobě následujících testování zpozorován pozitivní vliv motivace jako zprostředkovatele. Vzorek účastníků byl náhodně rozdělen do dvou odlišných časových podmínek WT, na program trvající 8-10 dní a druhý program měl trvání 17 až 20 dní. Ukázalo se, že různá délka programu neměla na sociální chování účastníků rozdílný vliv, stejně tak jako na jejich socioprofesní status. Nicméně délka měla nepřímý vliv na snížení antisociálního způsobu chování a to prostřednictvím rozvoje mezilidských dovedností a úspěšné motivace.

Výzkum „*The Effect of Wilderness Therapy on Adolescents' Cognitive Autonomy and Self-efficacy: Results of a Non-randomized Trial*“ (Margalit, 2014) s výzkumným vzorkem 93 adolescentů hovoří o výrazném nárůstu kognitivní autonomie u účastníků WT ve srovnání s vzorkem osob neúčastnících se WT. Na tomto základě si jeho autoři dovoluují tvrdit, že WT pomáhá mladistvým s nárůstem kognitivní kapacity potřebné k řešení možných životných dilemat úspěšným a konstruktivním způsobem.

Výzkumů prokazujících pozitivní vliv WT na osobnost člověka bychom mohli najít více, nutné si je však také připustit fakt, na který poukazuje výzkum Michaela Larivièreho a jeho kolegů v práci: „*Behavioural Assessment of Wilderness Therapy Participants: Exploring the Consistency of Observational Data*“ (Larivièreho, 2012), poukazuje na obtížnou měřitelnost, častou nejednotnost ve výzkumné metodologii používané při samotném měření možného prokazujícího pozitivního vlivu WT. Studie prováděná v kanadském severním Ontáriu, na devíti studentech střední školy, kteří vykazovali rizikové chování, neukazuje na žádné signifikantní zlepšení z důvodu nejednotnosti odpovědí účastníků, které bylo vědecky nedůvěryhodné. Sami autoři výzkumu přiznávají mnoho dalších faktorů, které na tento fakt mohly mít vliv, ale také se tím snaží upozornit na nutnost důslednosti všech výzkumníků při práci s daty, studiemi a další literaturou využívanou pro WT.

Stejně tak jako Larivièreho kriticky uvádí ve svém výzkumu důraz na dostatečnou důslednost při výzkumných aktivitách WT, i my budeme kritičtí k teoretickému ukotvení a značné terminologické nejednotnosti, která je celosvětově velmi význačná, a tím často trpí právě samotný koncept WT i AT. Autorka práce záměrně uvádí i AT, které jak už možná tušíme, jsou si velmi podobné, v některých zemích mezi nimi dokonce není rozdíl, i přes to, že rozdíl zde je a byl odborně popsán v teoretické části této práce.

Pokud bychom se zaměřili pouze na koncept WT a to, co bylo zjištěno naším výzkumným šetřením, mohli bychom na WT nahlížet jako na půvabný způsob práce s mladistvými ohroženými rizikovým chováním, který přináší značně inovativní přístup k člověku úzce propojený s přírodou a tím i naší lidskostí. WT tak nenásilným a přirozeným způsobem nabádá k zamyšlení se nad svojí osobou, které, pokud je doplněné o vhodné terapeutické vedení, může na účastníky mít pozitivní účinek v oblasti sebehodnocení, vlastní motivace, sociálních dovedností a v neposlední řadě také vztahu s přírodou. Díky výzkumu také vznikly určité podněty, které by mohly být využity jako podklad pro vytvoření metodického materiálu WT v České republice. Z toho důvodu, že sesbíraných informací je opravdu mnoho a pro ucelený obraz o způsobu aplikace WT by musely být vypsány všechny

jevy velmi podrobně, autorka práce odkazuje na vzešlé kategorie výzkumu, kde jsou všechny jevy detailně popsány.

8 ZÁVĚR

Předkládaná diplomová práce slouží jako vhled do problematiky wilderness therapy (WT), jakožto nepopsaného konceptu v České republice. Na začátku práce jsme si kladli za cíl zjištění jejího potenciálu pro speciálně pedagogickou praxi etopedickou. Pro tento účel jsme si stanovili tři hlavní otázky, na které jsme si, za pomoci interview ve třech centrech využívající WT jako svůj hlavní způsob práce s klienty, odpovídali. Proto, aby byl vzorek co nejrepresentativnější ale zároveň jednotný, byly nalezeny tři různé země (Anglie, Maďarsko a Kanada), ve kterých se nacházela centra zabývající se WT v rámci stejné klientely, tedy rizikové mládeže. Stanovené otázky se soustředily na témata: Význam a účinnost WT - Způsob přípravy a organizace WT - Projevy účastníků s rizikovým chováním na WT i po ní.

Z výzkumu bylo zjištěno, že význam a účinnost wilderness therapy spočívá především v osobnostním rozvoji mladistvých, který je soustředěn na komunikační a sociální dovednosti. Příprava a organizace WT je poměrně dlouhým a spletitým procesem, který se skládá z náročné fáze přípravy, expediční části a kontinuální následné péče. Každá z těchto částí má svá specifika, která jsou pro proces WT naprosto nezbytná. Cílová klientela rizikové mládež se na WT projevuje rozličnými způsoby dle osobnosti každého jedince, lze však tvrdit, že se jejich negativní odchylky v chování za pomoci prostředí přírody a WT usměrňují a dále již nejsou tak intenzivními.

Realizace výzkumu nám poskytla celou škálu informací, kterou doplňuje teoretická část zabývající se tím, co přesně je míněno pod pojmem rizikové chování v odborné literatuře, vývojem mladistvého z pohledu bio-psycho-socio-spirituální jednoty jakožto významného činitele celého procesu dospívání, a vymezením WT a jejich příbuzných oborů, které již v ČR známe. Informace jsou rozřazeny do jednotlivých kategorií a shrnuty v uceleném interpretovaném výstupu. Zakončení práce patří diskusní části pojednávající o kvalitách a nedostacích WT, zahrnuje také několik zahraničních studií věnujících se problematice WT a potenciálu, který nabízí.

Nyní již můžeme jen pevně doufat, že tato práce bude podněcujícím přínosným materiálem nejen k diskuzím na téma wilderness therapy, ale také bude vhodným zdrojem informací pro potenciální metodický materiál v rámci českého prostředí.

SEZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH CITACÍ

- AGRIMSON L. B., TAFT L.B., *Spiritual crisis: A koncept analysis. Journal of Advanced Nursing*, 65 (2), 454-461. doi: 10.1111/j.1365-2648.2008.04869.x
- BARTON, J. a kol. *The Wilderness Expedition: An Effective Life Course Intervention to Improve Young People's Well-Being and Connectedness to Nature*, Journal of Experiential Education, 2016 vol. 31, no 1., 59-72 s. DOI: 10.1177/1053825915626933
- BAŠTECKÁ, B., MACH, J. a kol. *Klinická psychologie*, 1. vyd. Praha: Portál, 2015, 742 s. ISBN 978-80-262-0617-0
- BETTMANN, J. E., TUCKER, A. R. *Shifts in Attachment Relationships: A Study of Adolescents in Wilderness Treatment. Child Youth Care Forum*. 2011, č. 40, 499-519 s. DOI 10.1007/s10566-011-9146-6
- BLATNÍ, M. a kol. *Psychologie osobnosti. Hlavní témata, současného přístupu*. 1.vyd. Praha: Grada Publishing, a.s., 2010, 301 s. ISBN 978-80-247-3434-7
- BOWIE, F. *Antropologie náboženství: Rituál, mytologie, šamanismus, poutnictví*, 1. vyd. Praha: Portál, s.r.o., 2008, 336 s. ISBN 978-80-7367-378-9
- Čia Čekija: *Santiago crow 2012* [online], [cit. 2016- 04-15], Dostupné z: <http://www.ciacekija.cz/nase-projekty#santiago>
- DAVIS- BERMAN, J., BERNMAN D. S., *Wilderness therapy: Foundation, Theory and Research*. Iowa: Kendall/Hunt publishing company, 1994, 282 s. ISBN 0-8403-9060-2
- ETZION, D., SHLOMO, R. *Children and Youth Services Review. Typology of youth at risk* 2015, no. 59, s. 184–195 [online], [cit. 2016- 03-21], Dostupné z <http://www.sciencedirect.com/science/journal/01907409/59/supp/C>
- FISHER, S., ŠKODA, J. *Speciální pedagogika, Edukace a rozvoj osob se somatickým, psychickým a sociálním znevýhodněním*, 1. vyd. Praha: TRITON, 2008, 205 s. ISBN 978-80-7387-014-0
- GASS, M. *Adventure therapy: Therapeutic Application of Adventure programming*. Iowa: Kendall/Hunt publishing company. 1993, 509 s. ISBN 0-7872-0187-1
- GASS, M., GILLIS, H. L., RUSSELL. K. C. *Adventure therapy: Theory, Research, and Practice*. 1.vyd. New York: Routledge: Taylor and Francis group, 2012, 399 s. ISBN 978-0- 415-89290-2
- HANUŠ, R., CHYTILOVÁ, L. *Zážitkově pedagogické učení*. 1 vyd. Praha: Grada Publishing, a.s., 2009, 192 s. ISBN 978-80-247-2816-2

- HÁTLOVÁ, B. *Dobrodružná terapie nově se rodící terapeutická metoda. Gymnasion: časopis pro zážitkovou pedagogiku*. Praha: Prázdninová škola Lipnice, 2004, č. 2, 19-25 s. ISSN 1214-603X
- HEMANOVÁ, J., KABÍČEK, P. *Prevence rizikového chování v dospívání* [online], 2005, [cit. 2016-02-21], Dostupné z <http://zdravi.e15.cz/clanek/postgradualni-medicina-priloha/prevence-rizikoveho-chovani-v-dospivani-166584>
- HENDL, J. *Kvalitativní výzkum: Základní metody a aplikace*. 1.vyd. Praha: Portál, 2005, 408 s. ISBN 80-7367-040-2
- HERRLÉ, N. *Risk evaluation, driving, and adolescents: A typology*. In *Development Reiew* 2000, no. 20, s. 206-226 [online], [cit. 2016- 02-21], Dostupné z <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0273229799904987>
- KIRCHNER, J., HÁTLOVÁ, B. *Teorie dobrodružné terapie*. 1.vyd. Praha: European Science and Art Publishing, 2011, 114 s. ISBN 978-80-87504-12-3
- LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*, 2. Aktual vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2006, 368 s. ISBN 978-80-247-1284-0
- Larivière, M. a kol. *Behavioural Assessment of Wilderness Therapy Participants: Exploring the Consistency of Observational Data*. *Journal of Experiential Education*, 2012, vol. 35, no. 1. 290-302 s. DOI: 10.1177/105382591203500106
- MARGALIT, D., BEN-ARI, A. *The Effect of Wilderness Therapy on Adolescents' Cognitive Autonomy and Self-efficacy: Results of a Non-randomized Trial*. *Child Youth Care Forum*. 2014, no.43 181–194 s. DOI 10.1007/s10566-013-9234-x
- MILES, J. C., PRIEST, S. *Adventure Programming*. 1.vyd. State college, Pennsylvania: Venture Publishing, Inc. 1999, 499 s. ISBN 1-892132-09-5
- MIOVSKÝ, M. a kol. *Výkladový slovník základních pojmů školské prevence rizikového chování*. 2. přepracované a doplň. vyd. Praha: Klinika adiktologie, 2015, 272 s. ISBN 978-80-7422-393-8
- MIOVSKÝ, M. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a.s., 2006, 332 s. ISBN 80-247-1362-4
- PAQUETTE, J., VITARO, F. *Wilderness Therapy, Interpersonal Skills and Accomplishment Motivation: Impact Analysis on Antisocial Behavior and Socio-Professional Status*. *Residential Treatment for Children & Youth*, 2014, vol. 31, 230-252 s. DOI: 10.1080/0886571X.2014.944024
- PELÁNEK, R. *Průručka instruktora zážitkových akcí*. 2. vyd. Praha: Portál, 2013, 208 s. ISBN 978-80-262-0454-1

- PŘADKA, M. *Kapitoly z dějin pedagogiky volného času*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 1999, 93 s. ISBN 80-210-2033-4
- RUSSE, K. C. *What is wilderness therapy?* Journal of Experiential Education, 6/2001 vol. 24, no. 2, 70-79 s. DOI: 10.1177/105382590102400203
- SEPHENSON, B. *Co dělá z chlapců muže, Duchovní přechodové rituály ve věku nevšímavosti*, 1. vyd. Praha: DharmaGaia, 2012, 349 s. ISBN 978-80-7436-019-0
- SOBOTKOVÁ, V. N a kol. *Rizikové a antisociální chování v adolescenci*. 1.vyd. Praha: Grada Publishing, a.s., 2014, 147 s. ISBN 978-80-247-4042-3
- ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, J. *Přehled vývojové psychologie*. 2. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2008, 175 s. ISBN 978-80-244-2141-4
- ŠVARŤÍČEK, R., ŠEDOVI, K. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách: pravidla hry*. 1.vyd Praha: Portál, 2007, 384 s. ISBN 879-80-7367-313-0
- THOROVÁ, K. *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*, 1. vyd. Praha: Protál, s.r.o., 2015, 576 s. ISBN: 978-80-262-0714-6
- VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. 3. rozšířené vyd. Praha: Portál, 2004, 872 s. ISBN 80-7178-802
- VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie. Dětství a dospívání*. 2. přepracované a doplněné vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze, 2014, 531 s. ISBN 978-80-246-2153-1
- VALENTA, M. a kol. *Přehled speciální pedagogiky. Rámcové kompendium oboru*. 1.vyd. Praha: Portál, s. r. o., 2014, 269 s. ISBN 978-80-262-0602-6
- VAN GANNEP, A. *Přechodové rituály, systemické studium rituálů*, 1. vyd. Praha: Nakladatelství lidové noviny, 1996, 201 s. ISBN 80-7106-178-6

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č. 1: Schéma otázek pro pracovníky užívající wilderness terapii ve své práci

Příloha č. 2: Rozhovory s dotazovanými

1. Wilderness foundation, (United Kingdom- England)
2. Enviros- Base camp, (Canada- Alberta)
3. Kettealapitvany- (Maďarsko)

Příloha č. 3: Rozhovory s dotazovanými (nepoužité ve výzkumu)

1. Human- Nature: Family Roots – Adventure Therapy Group (Canada, British Colubia)
2. Életrőlszólóélmény- (Maďarsko)

PŘÍLOHY

1. Schéma otázek pro pracovníky užívající wilderness terapii ve své práci

1. Co přesně ve vašem oboru znamená wilderness terapie?
2. Jak jste se dostala do oboru wilderness terapie?
3. Musíte mít ve vaší zemi nějaké speciální vzdělání pro tento typ práce?
4. Máš možnost využít odborné supervize? Jak to funguje? Jakým způsobem můžeš hovořit o svých klientech?
5. Máte nějaké metodické materiály, které využíváte?
6. Kolik WT za rok průměrně děláte?
7. Na jakou skupinu klientů se soustředíte ve vaší organizaci?
8. Jak dlouho trvá jedna vaše WT? Je tam nějaký důvod, proč je to takto dlouhé?
9. Co musíte udělat předtím, než jdete na WT?
10. Kolik lidí běžně berete na jednu WT?
11. Musíte vybírat klienty, kteří jsou schopní absolvovat WT? Jakým způsobem vybíráte klienty, kteří jdou na WT?
12. Jakým způsobem předcházíte riziku agresivnímu chování? Co děláte, když je někdo agresivní?
13. Jakým způsobem předcházíte riziku násilí s noži, sekerami, atd...?
14. Jaké jsou nedůležitější body každé WT? Co dělá divočinu divočinou?
15. Jakými úkoly musí účastníci projít?
16. Existují nějaké typické reakce na jednotlivé úkoly? Třeba jako je Sóló, chození, atd...
17. Co musíte udělat po samotné expedici s účastníky? Existuje tu něco, jako je následná péče?
18. Jak se cítíš ty jako terapeut po WT? Je něco, co musíš udělat sama pro sebe?
19. Máte něco, jako je zpětná vazba od klientů?
20. Děláte s tou zpětnou vazbou něco dál?
21. Jak reagují klienti po WT?
22. Máte WT ukotvenou někde v legislativě?
23. Je něco, na co jsem se měla zeptat a nezeptala jsem se?

Příloha č. 2: Rozhovory s dotazovanými

1. Wilderness foundation, (United Kingdom - England)

1. Wilderness therapy pro mě znamená divočinu a ta znamená přírodu. Bohužel v Evropě už nemáme mnoho divočiny. Naštěstí alespoň vy na východě jí máte trochu více než my zde, každopádně wilderness therapy pro mě znamená práci v divočině, což jsou ty nejbudálnější místa od osídlených oblastí a lidí, a s tím související využívání přírody a zkušeností s divočinou k tomu, abychom pomohli lidem propojit se s nimi samotnými a jejich nitrem, k čemuž se využívají metafory přírody. Ale protože je to opravdu tak divoké, tak to také přináší i mnoho dalších aspektů jako učení se o vlastní kapacitě, adaptaci a flexibilitě, a to způsobem, který v běžném způsobu žití, jako je chození do práce, které je spojeno s urbanizovaným městem, nepoznáš.

2. Já jsem se k tomu dostala tak, že mě to velmi lákalo. Nejdříve jsem začala pracovat v Africe, kde jsem právě dělala kurzy v africké přírodě a tam jsem se začala soustředit na práci s metaforami. Hledala jsem, kde, co už bylo napsané a popsané. Potom jsem se hodně začala soustředit na mladistvé v souvislosti s přírodou. Shodou okolností v té době bylo zabito v Londýně jedno malé dítě a mě velmi zajímalo, jakým způsobem pracují s jeho okolím, s celou komunitou a pak mě napadlo propojení mladistvých, kteří se chovají rizikově, s přírodou, a tak jsem začala dělat to, co dělám.

3. WT bohužel nikde nemáme ukotvenou v legislativě. V Británii WT neexistuje jako terapeutický kurz, takže to funguje tak, že si tady uděláš terapeutický výcvik a pak už je to jen na tvém přesvědčení a učení se využívat prvek divočiny a přírody ve své práci. Ve VB existuje terapeutická asociace, která má certifikované výcviky, tam také já dělám svůj výcvik. Taky tady existuje The British Association for Counselling (BACP), od které musíš mít výcvik, pokud chceš pracovat ve zdravotnickém sektoru, jinak k tomu nejsi kompetentní. Ale pokud to není pod zdravotnictvím, tak to nevádí. Ale jak říkám, žádné akreditované kurzy WT tady ještě neexistují. Víím, že existuje pár škol, které učí WT. Jedna je Naropská univerzita v Coloradu, druhá univerzita v Utahu a slyšela jsem také o jedné v Austrálii, ale nevím přesně kde. Já se nyní zde snažím dát dohromady jeden magisterský obor s jednou naší univerzitou, takže je aktuálně vše v procesu. Ale menší problém je, že u nás jsou často lidé zvyklí si dělat krátké seberozvojové kurzy. Často se zaměřují na ergoterapii, ze které to také může vycházet, ale už ne tolik na WT. Takže asi také uděláme krátký základní výcvik zaměřený na WT.

4. Na supervizi chodím vždy, když cítím, že ji potřebuji. Všichni naši zaměstnanci také mají supervizi. Já vím, že se o sebe nestarám tak dobře, jak bych měla, ale zase mám ten terapeutický výcvik, tak vlastně vidím terapeuta každý týden. Já supervizuji své zaměstnance jednou za 14 dní či jednou týdně a svoji vlastní supervizi mám z venku (od člověka mimo organizaci), také jednou týdně (tu výcvikovou), kde ale můžu mluvit o své práci, takže se cítím, že je o mě postaráno. O klientech mluvíme otevřeně a do hloubky, protože je většinou stejně všichni známe.

5. Máme tu jakýsi programový design, a já zrovna teď také pracuji na jeho úpravě a dokončení. Tenhle manuál píše já se svým teamem a je to spíše takový žijící dokument, do kterého stále něco dopisuji a přepisuji s tím, jak se vyvíjíme.

6. Jako organizace děláme terapii ve Skotsku a v Anglii a je jich maximálně 15 za rok minimálně 8. Jsou tedy zaměřené na rizikovou mládež a hodně to záleží na tom, kolik peněz máme. A pak také děláme programy v jižní Africe, ale to nejsou terapie jako takové, tam je jako terapeutický prvek jen příroda nikoliv člověk. Těchto programů je asi tak dalších 15.

7. Zaměřujeme se na věk 16 až 21 let a jsou to lidé s vývojovými problémy, problémy s poruchou attachmentu, mnoho problémů s vlastní identitou, mnoho osob s bipolární poruchou osobnosti, ADHD, Aspergerovým syndromem či autismem, mládež s problémy s návykovými látkami, mnoho problémů s depresemi, vztahovými problémy, problémové chování a dysfunkční chování a také jedinci, kteří jsou v pěstounské péči.

8. Celkově výlet trvá 10 dní. Kdy je to rozdělené na tři části - první část trávíme přípravou společně s dětmi. 5 max. 6 dní je samotná WT v přírodě s chozením v přírodě a posledních pár dní máme na pozvolný přechod zpět do civilizace, který je opravdu velmi důležitý a nutný pro zpracování si všeho, co my potřebujeme. Vždy bych to doporučila v tomto poměru, je to velmi důležité, aby měl člověk dostatek času na to připravit se vstoupit do procesu a zase z procesu vystoupit. Samozřejmě na čím déle jdeš, tím je to lepší, ale tam potom vzniká problém s tím, že musíš mít někde v půlce dohodnuté zásobování potravou, protože by bylo velmi náročné si všechno brát s sebou na celou dobu, tak to také mám v Africe. Tam jsou kurzy na 10 dní samotného pochodu.

9. Před začátkem každého pochodu necháme každé dítě vyplnit žádost, na základě které my jim pošleme dokument se vším, co budou na pochod potřebovat. Poté projdou naším interview, kde se také zabýváme tím, co budou na pochod potřebovat. Tohle se děje pro skotské programy, které jsou „scholarship“ neboli stipendium. Je to terapie, ale není to riziková mládež. Pokud děláme pochody s rizikovou mládeží, tak je to hodně moc práce navíc. Dva měsíce před samotným pochodem začneme s dětmi o pochodu mluvit. Také jiní

mladiství, kteří už na pochodu byli, o tom s nimi mluví. Dále máme informační večer pro rodiče a sociální pracovníky, abychom se ujistili, že ví, co děláme, a co se bude dít. Poslední noc před pochodem zůstáváme všichni spolu proto, abychom se navázali vzájemně na sebe a pokud je tam někdo, komu to nejde, tak abychom mu pomohli a podpořili ho. Ten večer se také balíme, mají za úkol si sbalit všechno, co potřebují, přinést to v tašce a společně balíme do batohů. Tím nejenže kontrolujeme, zda mají vše potřebné, ale také kontrolujeme, zda nemají i věci nepotřebné. Také se zaměřujeme na to, zda tam nemají něco, co by mohlo být ohrožující zdraví. Jako jsou nože a jiné zbraně. Je to velmi chytrá cesta, jak je zkontrolovat ale zároveň to vypadá spíše jako pomoc. No a pak společně odlétáme, takže pokud by u sebe stejně něco měli, tak to většinou zjistí na letišti. Já se vždy snažím nevyvolávat konflikty, nehádat se s nimi.

10. Na jeden pochod bereme maximálně 8 dětí. Osobně si myslím, že čím méně je lidí, tím je to větší zážitek, protože je i větší ticho, a s tím přichází i více prostoru a času pro nás na každé dítě a děti mají více času sami pro sebe. Taky je důležité si uvědomit, že ve skupině vždycky bude někdo, kdo ti bude brát hodně energie a ty se musíš hodně kontrolovat, aby celá skupina měla tvoji pozornost, ne jen ten jeden člověk. Když je menší skupina, tak je mnohem jednodušší se soustředit na ty náročnější články.

11. Máme poměrně dobře zmapované to, kdo s námi na expedici jede. Před odjezdem nám všichni také musí odevzdat vyplněné předběžné formuláře, kde se ptáme na různé podrobnosti o jejich chování (jako vztah k násilí, zda měli někdy problém se zákonem atd...) Já osobně ale těmhle věcem moc nevěřím, protože nikdy neznáme ty okolnosti, za kterých se ty věci staly. Také se to může různě obcházet atd... Ale proto také pracujeme poměrně dlouhou dobu před tím, než vůbec někam odjedeme. Upřímně, v těch Skotských skupinách, kde jsou žáci ze škol, kteří by neměli mít žádné problémy, je mnohem více problémů jak s agresí, tak s násilím. Proto jsou také ty programy udělány i se snazším evakuačním plánem, kdy je vždy relativně blízko někde auto. Máme vypracovaný celý evakuační plán, kdy vždy jsou dvě osoby, které jsou s tím daným člověkem k autu, kde si zabalí a je odvezen domů, či si ho vyzvedne rodič nebo učitel. Je velmi důležité, tohoto člověka oddělit od zbytku skupiny. I přesto je vždy dostatek personálu, který zajistí zbytek skupiny. U školních programů je problém, že se tam ty děti navzájem neznají. Ve Skotsku je hodně násilí a gangů, které proti sobě bojují, a tam se pak objevují problémy i mezi samotnými dětmi z jiné skupiny atd. a někdy jsou to opravdu hodně velké a nepříjemné konflikty.

12 a 13. Když jsme na pochodu a víme, že máme ve skupině jedince, kteří měli problémy s násilím či by k tomu mohli inklinovat, tak mám nože u sebe v batohu já. Vyndáváme je,

když je potřebujeme, tedy většinou na vaření, když je hotovo, tak je uklízím opět ke mně do batohu. Někdy se dokonce musí zapisovat na půjčení nožů a pak se zase odepisovat. Tahle věc je hodně nebezpečná, protože někdy má člověk pocit, že jedná s dobrou skupinou a má tendenci zapomenout na to, s jakou klientelou jedná. Stalo se mi jednou, že jsme byli ohrožení, když jsme měli na programu jednoho chlapce, který měl problémy s drogami a také s prodáváním drog a začal panikařit, když si uvědomil, že u sebe nemá telefon. Zaútočil na mě a moji kolegyni a vyhrožoval, že nás podřeže. Ale já si myslím, že by nás stejně nepodřezal. On stejně neměl kam zavolat. Byli jsme uprostřed ničeho. Všude to bylo moc daleko, takže bychom mu stejně nikam nepomohli se dostat. A to bylo jednou jedinkrát za těch sedm let, co tuto práci dělám, kdy jsem se cítila být ohrožená. Samozřejmě, že často jednáme s dětmi, které jsou naštvané či agresivní, ale je to jiné. V přírodě je to vždycky jiné než v městském prostředí, možná je to tím prostorem. Mají více prostoru na to tam se svým naštváním zabojovat. Když se stane, že má někdo úplné „zatmění“ agresivitou, což se stává celkem často, tak využíváme individuální terapie. Většinou se naštvou kvůli maličkostem, jako že jim nejde pádlování, nebo je na ně někdo ošklivý, nebo si myslí, že se na ně někdo snaží být ošklivý a pak neudrží své pocity. V individuální terapii mají šanci si to zpracovat, pochopit to a vstřebat, a pak je to ok.

14. Myslím si, že jeden z hlavních bodů je, že je vytrhneme z jejich každodenního života, pak se vlastně děje to, že oni nemají šanci manipulovat, protože nemůžeš manipulovat s něčím, co vůbec neznáš. Také jim tím bereme veškerou strukturu, kterou ve svém životě měli, a je jedno, zda byla dobrá nebo špatná. Takže vlastně pracuješ s mnohem čistější skupinou a v tomto případě můžeš pomoci lidem vidět v sobě věci, které normálně nevidí. Na to používáme hodně reflexí, kde jim můžeš hodně ukázat, demonstrovat a můžeš s nimi pracovat na tom, co mohou získat, v čem všem jsou dobří. Má to v sobě vlastně velmi pozitivní psychologie. Dále máme na své straně čas a často krásu přírody kolem sebe. Někdy se stane, že mají hodně silný šok z něčeho, ale i ten je součástí učení se a posunování svých bariér. Mám tím na mysli to, že tohle se ti zapíše do paměti, a už to nikdy neztratíš. Technika „Solo“ jim dává možnost interpretace toho, co dělají, a pomůže jim zvědomit si, čeho všeho tam dosahují a tím to posilují. Také je velká možnost pracovat v přírodě metaforicky. Prostředí v tomto případě využíváš jako svého koterapeuta.

15. Spát venku, vařit si, naučit se stavět stan a postarat se sami o sebe. Jak si správně zabalit batoh, jak se správně oblékat. Na počátku jsme byli úplně zděšení, jak moc tyto děti nemají zvnitřněné základy osobní sebeobsluhy. Tady je pak velmi důležitá balanc mezi tím, abychom to za ně nedělali my, ale zároveň, abychom je to našim příkladem správně naučili, ale nedělali

všechno za ně. Ale vždycky si pamatuj, že musíš začít vždy úplně od nuly. Zásady osobní hygieny atd... Pokud se podíváš na model vzdělání, tak je to úroveň osobní, okolí a prostředí. My vlastně nejvíce času strávíme na rozmezí osobním a okolí, až poté se přesouváme do roviny prostředí, protože až pak ji dokážeme správně zpracovat.

16. Na začátku děláme také poměrně hodně výzkumu, kde se zaměřujeme, na co se těší, čeho se nejvíce obávají, atd... Většinou se bojí pavouků, počasí, že jim bude smutno po domově a dalších poměrně běžných věcech. Naopak těší se hodně na kempování, na nové kamarády, atd... Jejich reakce na samotném pochodu jsou pak hodně závislé na tom, jak dobře jsme je na to připravili my. Když jsou dobře připravení, tak ví, že se mohou spolehnout na skupinu, ví jak pracovat v teamu. Ten kluk, co jsem ti o něm říkala, že nás napadl, tak zrovna na něm jsme to mohli velmi dobře vidět. Když jsme přijeli do základního tábora a odjelo auto, tak na něm bylo vidět jak je v šoku. Všude začal zvracet, začal se třást po celém těle. Nám do toho zrovna přšlo, tak jsem ho musela jako malé dítě obléct do pláštěnky a on přitom pořád opakoval: „Tady nic není, tady nikde nic není.“ Najednou se z neuvěřitelně sebevědomého, agresivního kluka stalo malé dítě, úplně malé dítě, ale tohle se opravdu stává výjimečně, pokud jsou dobře připravení. Myslím si, že to poměrně dobře udržujeme jako zábavu, některé pochody dokonce začínáme tím, že skupinu přivezeme do základního tábora potmě a to má neuvěřitelnou sílu. Oni vůbec netuší, kde jsou. Druhý den se vzbudí a jejich myšlení se stáčí přesně na to, že pokud utečou, tak neví, jak se dostat domů, a tak prostě musí jít se skupinou a neztratit se. Třetí den je obvykle ten nejtěžší, protože se hodně začne projevovat únava, takže ten den hodně pracujeme na sobě a pak konec je také náročný. Na konci se totiž děje hodně konfliktů, kdy skupina začne panikařit. Podvědomě cítí úzkost z odloučení se od sebe, z nějaké ztráty, odmítnutí a objevují se různé další strachy. To má za příčinu, že začnou být podráždění a celá skupina začne být na konci poměrně složitá. Snažíme se to ochránit různými rituály a procesy přechodu. Proto je tak důležité před tím, než jdeme domů, být po určitou dobu v nějaké obytné části, aby tam došlo alespoň k částečné aklimatizaci. Tady je to vždy nějaké místo, které má k přírodě velmi blízko, nebo v ní je, ale už spíme v postelích, máme teplou sprchu a jídlo. Tímhle způsobem je vlastně dostáváme zpět do reality, ale jak říkám, ještě je to hodně práce a procesů na zpracování.

17. Ještě před odjezdem informujeme rodinu a mluvíme s každým z rodičů o tom, co je potřeba udělat, až přijedou jejich děti domů. Vzpomeň si na to, jak to bylo těžké pro nás, že nikdo nerozuměl tomu, co jsme zažili, a to jsme poměrně dobře vyrovnaní lidé. Oni jedou domů, cítí se být jiní a nikdo kolem nich jim v tu chvíli nerozumí a oni to cítí, proto mají mentory. Ujišťujeme se o tom, že jim zavoláme první, druhý, třetí den, jak se cítí, zda jsou ok.

Každopádně naše spolupráce s nimi pokračuje ještě dlouho. Většinou se hned víkend nato všichni sejdeme a všichni mají možnost být zase dohromady, sdílet své vzpomínky, cítit se dobře, sdílet fotografie. Fotky hodně řešíme, chceme, aby je děti měly, také se to snažíme udělat zábavné a humorné. Také děláme takové velké mapy cesty, kde si připomínáme, co jsme kde zažili, kde byl záchod, kde jsme kdo kakali, každý na mapu něco přidá či přikreslí.

18. Vždycky když přijdeme zpět, tak jsem totálně zničená, protože jsem musela být každý den 24 hodin v kuse ve střehu. Na samotné cestě se to řeší tak, že když si někdo potřebuje odpočinout, tak to řekne, a jde si někam na hodinu sám odpočinout a ostatní z teamu za něj přebírají odpovědnost. Takhle se pak všichni v teamu mohou vystřídat. A když pak přijedu domů, tak bych si měla normálně vzít pár dní volna a zregenerovat se, ale musím se přiznat, že to moc nedělám a že to není správně, protože on se ukrývá rituál přechodu právě i v tom volnu a vybalování si batohu, praní špinavých věcí, čištění zablácených pohorek atd. Tím se posouváme z jednoho místa do druhého. Je velmi pravděpodobné, že po celém programu si budeš muset dojit na supervizi, tady je pak hodně důležité, abych si v průběhu celého pochodu dělala poznámky na témata na supervizi, abych je pak mohla odborně probrat a získat na ně náhled. Je důležité udělat to hned, jak je to jen možné, protože postupně se nám vytrácí ten pocit a ta paměťová stopa po tom, co jsme potřebovali řešit, a to je škoda hlavně pro náš růst. Když si to napíšeme, tak se to všechno vrací zpět, včetně vůní, pocitů, zvuků a doteků.

20. S dětmi děláme formulář s otázkami před a po pochodu, jsou to odborně vypracované formuláře, které citlivě poskytují místo pro vyjádření emocí. Také využíváme test hvězdy, který hovoří o našich dovednostech a jejich rozvoji. Děti sledujeme ještě rok po programu, kde jsou se svými náladami, emocemi, agresivitou, sebevědomím. To měříme před, bezprostředně po pochodu a rok po pochodu. Celkově program trvá rok, někdy až 18 měsíců. Další ze zpětných vazeb se týká metafor a tím jak s nimi pracujeme. Nyní už máme výsledky, které poukazují na to, že čím více je člověk napojený na přírodu, tím méně má psychických problémů a větší je spokojenost. Nyní máme 6 let rozjetý výzkum a 6 let materiálů, které nám poměrně jasně ukazují pozitivní výsledky. Samozřejmě na základě toho děláme i určité změny v programu. Vyřazujeme věci, které nefungují, a zařazujeme jiné. První rok byl plný změn. Měli jsme neustále tendence něco zdokonalovat, měnit a nearanžovat a nyní zjišťujeme, že se stejně zase vracíme k těm věcem, které jsme používali ten první rok. Nazvala bych to tak, že jsme se snažili být chytří, ale nakonec to bylo zbytečně složité, a tak se zase vracíme k tomu jednoduchému.

2. Enviros - Base camp, (Canada- Alberta)

1. Jak už asi víš, tak v naší organizaci děláme jak adventure terapii, tak také WT. Vlastně využíváme jakékoliv outdoorové aktivity pro léčbu našich klientů, jako jsou výšlapy, horolezectví, kanoistika, kempování a další, což je tedy spíše adventure. Ale také je tam komponent WT. WT není jen o zážitku z dobrodružství, ale je to založené na cestě skrze divočinu, která je založená na cestování divočinou po více dní. Má v sobě prvek rehabilitační léčby skrze zkušenosti s divočinou.

2. V Americe a Kanadě je tento koncept už posledních 20 let. Já jsem se k tomu dostala skrze

3. International adventure therapy conference, na kterou jsem šla poprvé ve Vancouveru v Kanadě a byla jsem tam poprvé seznámena s tímto konceptem. Poté jsem si dělala kurz první pomoci, a tam jsem se seznámila s několika lidmi, kteří mi říkali o tom, že pracují s rizikovou mládeží v centrech, kde se nejenom chodí ven a chodí se z bodu A do bodu B, ale pracuje se také s lidmi z rizikových prostředí, ženami v ohrožení, týranými ženami či mladistvými, kteří přišli z různých rizikových prostředí. No a to všechno mě zaujalo a začala jsem se o to zajímat. To bylo tak před pěti lety.

3. Ne. Ano a ne. To znamená, že v centru, kde pracuji, jsme team, který má zkušenosti ze sociální práce, psychologie, psychiatrie, máme tam psychologa - rodinného terapeuta a potom jsme všichni zaměřeni na outdoor, zážitkovou pedagogiku, experimentální učení. Já například mám vzdělání z outdoorové rekreologie. Takže jsme tak půl na půl, ale vždy se ujišťujeme, že se dovzděláváme v té části, co nám chybí. Takže ti, co mají sociální práci a psychologii, jdou na kurzy zaměřené na outdoor žití a přežití a naopak ti, co mají outdoor, chodí na různé konference a kurzy související se sociálními pracemi a psychologií. Pokud chceš v našem centru dělat rodinného terapeuta, tak musíš mít vzdělání v oboru psychologie. My pokud jdeme s dětmi na výlety, či s nimi pracujeme jeden na jednoho, tak není třeba vzdělání soc. pracovníka. Já musela mít vzdělání v outdooru a hlavně také nadšení pro mládež a pro práci v náročných podmínkách.

4. To záleží na situaci. Některé situace, které jsou kritické, nějaký rozhovor s rodičem nebo když se děje něco vážnějšího, tak máme k dispozici našeho rodinného terapeuta, ale také máme supervizora z venku. Každopádně ne všechno, co dělám, se dostane na supervizi. Co je důležité zmínit, že pokud se děje něco závažného, tak většinou rozhodnutí není jen na mně, ale je na celém teamu. Když se sejdeme jako team, prodiskutujeme to a až potom se rozhodneme. O klientech mluvíme v naprosto otevřené, transparentní konverzaci. Někdy se stane, že ti dítě řekne, ale nikomu to neříkej, ale i když je to těžké, tak naše politika je taková, že o tom musíme mluvit otevřeně a vyřešit to s ním.

5. My máme manuál, který byl vytvořen během mnoha let. Je to materiál, který upravuje Alberta health services a ten nás nabádá k tomu, abychom postupovali určitými kroky v našich programech. Takže třeba se to týká témat volného času, školy, životních dovedností, prostě hodně témat. Jsou to programy a aktivity jejich, které musíme dodržovat, a pak jsou to programy, které jsme si vymysleli sami, pracuje na nich například náš psycholog. Jinak co se týká metodologie, tak při nástupu do práce musíme projít školením v prvních třech měsících. A to jsou školení či workshopy, např.: Krizový a intervenční program, sebevražedné chování, zážitkové hry a učení a další. To musíme udělat všichni, abychom byli na stejné úrovni, a pak je to hodně o dalším vzdělávání a načítání mnoha a mnoha knih.

6. Ročně máme 4 pětidenní aktivity, kdy jsme pět dní někde na cestě a pět dní doma. Kdy v červnu jsou to dva výlety na kanoích, v srpnu jsou to další dva na horolezectví a na pochody s krosnami. Takže 4 v létě. Mezi tím jsou v létě ještě jednou za 14 dní víkendovky, na dva- tři dny, kdy jsme venku. Vždy se snažíme dostat ty děti co nejvíce a nejčastěji ven. Jsme vlastně tříměsíční program pro děti. Ony tráví celý ten čas v našem základním táboře. Po každém obědě mají nějaké aktivity, takže jsou pořád venku a v přírodě, ale na víkendy se jim snažíme zprostředkovat i jiné aktivity. Kousek od našeho tábora máme takový mini kemp, kam chodíme spát tak jednou za měsíc. Výhoda toho je, že je opravdu blízko, takže kdyby se něco stalo, tak je to blízko do tábora, ale zároveň je to v opravdové divočině a je to venku, ne v chatkách.

7. Pracujeme s mládeží od 13 do 18 let, smíšenou skupinou. Takže kluci i holky, kteří mají problémy se zneužíváním návykových látek a alkoholu. Ruku v ruce s tím jdou i problémy s ADHD a dalšími diagnózami.

8. Vlastně WT znamená cestu, takže zkrátka musíš být venku v divočině, abys byl schopný něco dokončit. Když děláme jen adventure terapii, tak se dějí nějaké věci s lidmi a v lidech, ale opravdu důležité věci se dějí právě na těchto několikadenních cestách. Těch 5 dní je takový průměr. 10 dní by bylo příliš mnoho z logických důvodů (těžké batohy atd...). Pět dní je ideální pro putování. Jdeme od pondělí do pátku, jsme na to team lidí, kdy každý den máme určitý přístup a téma, kterému se věnujeme a právě těch pět dní je dobrá doba na to dokončit určitou „léčbu“.

9. Hodně toho musíme udělat. Domlouvá se, kdo půjde na expedici, kdo je vedoucí výpravy (tedy kudy se jde, kam se jde, kde se spí atd...), kdo je vedoucí terapií (co se bude dělat za aktivity, jak se k nim bude přistupovat, tedy vše, co souvisí s terapií jako takovou). Jsme spojeni s některým manažerem, který je ve službě, na telefonu, kdyby se něco stalo. Musíme vyplnit poměrně dlouhé formuláře o každém klientovi, kde jsou informace o jeho zdravotním

stavu, kontakty a další důležité informace. Také vyplňujeme, kam přesně jdeme, denní plán, kde se budeme pohybovat, kde který den budeme, kolik kilometrů najdeme, kde tam budeme spát. Takže je tam opravdu hodně příprav, včetně tedy toho rozhodnutí, kdo bude vedoucí pochodu, vedoucí terapií a kdo budou asistenti, což záleží na počtu klientů. Je to vždy 2-3 na jednoho asistenta. Taky samozřejmě příprava té skupiny, se kterou jdu. Pokud jsem vedoucí terapií, tak si musím připravit ty aktivity, které budu dělat a připravit veškeré vybavení. Děti v těch přípravách také pomáhají. Pomáhají zabalit vybavení, zabalit jídlo, vybavení jako jsou vařiče, hrnce atd... Když přijdou na začátku do programu, tak je vybavujeme naším vybavením na outdoor. Každý dostane od nás vše od ponožek po kalhoty a bundy, to mají vše uložené ve svých skříňkách, a když se jde na pochod, tak si tyhle věci sami balí, ale samozřejmě, že je musí personál kontrolovat, aby všichni měli všechno. (Všechny tyhle věci na konci celého programu ale zase vrací, to jim nezůstává.)

10. Náš program je pouze do 10 lidí, takže maximálně deset a s tím většinou 5 pracovníků.

11. Když už jsou u nás v tom tříměsíčním programu, tak jdou všichni, tam není žádná výjimka. Nijak nerozlišujeme, zda je drogově nebo alkoholově závislý, prostě jdou všichni. My se s nimi ani o tom nebavíme. Oni sami vědí, že drogy pro ně nebyly dobrá volba, proto jsou i dobrovolně u nás. Naše organizace si zakládá na tom, aby těmto lidem vytvořila bezpečné prostředí pro to, aby mohla vzniknout změna. Pokud jsou nemocní, protože třeba mají chřipku, tak je nebudeme brát na zimní program, kde bude venku -10 a necháme je v základním kempu s dalšími pracovníky, ale pokud mají jiné fyzické dlouhodobé omezení, tak se k nám do programu ani nedostanou, protože celý ten náš program je o outdoorových aktivitách. A pokud na to nemají, protože nejsou tak fyzicky zdatní, tak je prostě popostrčíme a pracujeme s tím. Vždycky se jde podle toho nejslabšího článku, tak aby se všichni cítili komfortně.

12. Pokud se ve skupině objeví agresivní chování, tak do toho určitě jako personál vstoupíme. Máme výcvik krizové intervence, takže víme, jak toho člověka ošetřit. Většinou se to děje tak, že necháme toho člověka od toho odstoupit, jde se s jedním z nás projít a vydýchat to. Proto je tam i tolik personálu. Ale samozřejmě těch cest je tam více. Vždy se snažíme těmto situacím předejít a když už, tak je nenechat se rozpoutat. Ty situace jsou ale také hodně těžké, proto my nikdy nevíme, co přesně kterého klienta vyprovokuje, hlavně pokud je to klient nový. Proto také píšeme o všem zprávy, a tím informujeme i ostatní kolegy, aby si na určitá témata, jednání či cokoliv jiného dávali pozor.

13. Pokud jsme v základním táboře, kde máme kuchyň, tak tam máme všechny nože a ostatní nebezpečné nástroje zamčené v zadní kanceláři. Každý večer je pak musíme přepočítat a

zkontrolovat, zda máme všechny, aby nedošlo k nějakým napadením či něčemu takovému. Pokud připravujeme jídlo, tak klienti samozřejmě nože používají. Pak je ale musí vrátit a zase je odnášíme. Každopádně, když jsme na samotném výšlapu, tak tam žádná zadní kancelář není. Oni je mohou používat, ale vždy si dáváme pozor, komu je půjčujeme, a na konci dne je všechny uchováváme u sebe a zase počítáme. Nikdy je nemají přes noc u sebe.

14. V podstatě už náš základní tábor je asi hodinu od nejbližší nemocnice a je mimo civilizaci. Sice je to budova, ale v přírodě. Když jdeme na ty pětidenní výlety, tak jdeme buď pěšky, nebo autem, podle toho, kam jdeme. Vždy jdeme hodně hluboko a dostatečně daleko na to, abychom nenarazili na žádnou civilizaci. Tam je důležité, že my všichni z teamu máme výcvik první pomoci v divočině, takže se nebojíme jít kamkoliv.

15. Pokud to vztáhnou na celé tři měsíce programu, tak v prvním týdnu až 10- ti dnech se dějí vstupní (intake) aktivity, které probíhají povětšinou jeden na jednoho s někým z personálu. Tady se hodně hovoří o rodině, dělá se aktivita strom života, hovoří se o životních hodnotách a zkušenostech. Také se tvoří plán (caseplan), dle kterého se postupuje, a který se stále kontroluje a upravuje každý měsíc, nebo každý druhý týden. Tam jsou zahrnuty další životní zkušenosti, kterých chce dítě dosáhnout, školní dovednosti, volný čas, vztahy. Je to opravdu velký plán. Také se seznamují s denním režimem. Mají poměrně hodně náročné dny. Ráno vstávají v sedm hodin, mají rozcvičku, hygienu, snídani, jdou do školy, která je součástí našeho kempu, terapeutická skupinová práce, poté mají oběd, po obědě mají terapeutické skupiny nebo školu, pak je večeře, po večeři je buď komunitní uklízení, nebo se díváme na film, nebo volno nebo se volá domů rodinám a pak jdou už spát. To je přes týden. O víkendu dělají mnoho různých aktivit komunitně. Třeba se musí udělat dřevo, nebo vyházet sníh, cokoliv, co je potřeba udělat. A to se dělá dohromady, abychom opravdu fungovali jako komunita. Tohle všechno je samozřejmě ale také proložené zábavou, takže pokud nám zamrzne jezero, které tam máme, tak jdeme bruslit atd... To jsou takové vedlejší malé outdoorové aktivity vedle těch velkých. Děti také pomáhají vařit, někteří za to i dostanou kredity do školy. Co se týče té školy, tak tam chodí od pondělí do čtvrtku. Vzdělávají se tam stejně jako všude jinde ve škole, jen je rozdíl v tom, že jsou tam děti, které by ročníkově měli být už někde jinde, ale protože v té době začali chodit za školu či měli jiné problémy, tak učitel musí navázat na tu poslední látku, kterou to dítě umí a vlastně ho zpětně doučovat to, co zameškal. Také mají práci s naším rodinným terapeutem, hodně mluvíme o rodině. Po prvních dvou týdnech může jít dítě na návštěvu domů s tím, že před tím o tom hodně mluvíme, plánujeme to, ujišťujeme se, že na to jsou připravení. A asi taková největší věc, kterou musí projít je třetí a poslední měsíc u nás. Je to měsíc přechodu, kdy hodně mluvíme o tom, jak se

odloučí od závislosti. Píší dopis své závislosti. Tvoří si velký plakát toho, kde byli, kde jsou a kam by chtěli směřovat. Plánují také svůj „velký“ poslední den u nás. Tohle je opravdu velký den, kdy pro ně pečeme dort a děláme několik rituálů odchodu. Poslední měsíc je v podstatě připravení se na to, aby byli v životě úspěšní. Pomáháme jim najít školu nebo práci, najít bydlení. Hodně těch dětí nemá kam jít, nemají rodiny, ke kterým by se mohli vrátit, takže by se vrátili zpět do jejich života na ulici, proto je velmi nutné jim s těmito věcmi pomoci ještě před tím, než odejdou. Zároveň se je snažíme naučit převzít zodpovědnost a iniciativu za svůj život do svých rukou.

Vždy záleží na tom, kdy to dítě nastoupí k nám do programu. Pokud nastoupí v části, kdy je škola, tak vlastně vůbec nemusí zažít ty pětidenní výšlapy. Ty se dějí jen přes prázdniny. Stejně tak, jako by přes prázdniny měli volno, tak my je o jejich volnu bereme do divočiny. Děti se nám tam různě střídají. Různě přichází a odchází, není to po turnusech, o to je to pak těžší, když už jsme s někým něco probírali, ale s jiným ještě ne. Pak je to hodně o našich vedoucích schopnostech, abychom využili toho, že někteří už to ví, a tím mohou předávat zkušenosti těm, co to ještě neví, a mohou tím posílit své sociální dovednosti.

16. Technika solo - někdo ji miluje, někdo nesnáší. Každé pondělí máme hodinu solo. I v zimě, to mají všichni takové obrovské overaly a bundy a sedí s termoskou čaje. V zimě je solo hodně těžké. Děti vždy dostanou nějaké téma, nad kterým se mají zamýšlet, a pak se na něj společně reaguje ve skupině. Některé děti to mají opravdu rádi, jiní se nemůžou dočkat, až to bude hotové. Každopádně protože náš program má 4 fáze, tak i to solo se prodlužuje, jak jdou z fáze do fáze. Začíná to jednou hodinou, pak jsou to tři hodiny, pak šest, pak dvanáct nejdelsí čas, který jsem viděla, byl 24hodin. To mělo to dítě samo takový svůj miny camp, kdy tam má jídlo, vodu, nějaké čtení a nějaké otázky, nad kterými se má zamyslet. Samozřejmě, že pokud chce jít do tohoto 24hodinového, tak nesmí jen spát. To není fér. Musí na sobě pracovat. No a pak také máme solo právě na našich výšlapech, kdy tam máme solo alespoň jedno každý den či noc.

17. Když přijdeme zpět z našeho výšlapu, tak se neděje nic tak specifického, protože oni stále zůstávají u nás v campu. Není to tak, že by šlo domů. Takže se pere, probíhá hygiena, teplé jídlo a úklid vybavení.

Když už jsou na konci celého programu, tak mají možnost chodit do programu, kterému říkáme následná léčba. Tam mohou chodit každou středu. To je vždy ve větším městě (Calgary, Edmonton). Tohle se zprostředkovává přes Alberta health services. Děti mají možnost docházet mezi ostatní, kteří dokončili podobný program jako oni, a tam už mají zase další program, který je hodně zajímavý. Jsou tam pracovníci, kteří s nimi třeba vaří, něco

vyrábějí, dělají různé ruční práce atd... To je vlastně jedno, co tam dělají, hlavně že jsou spolu a mohou si být vzájemně oporou. Tady mohou být, do kdy chtěli a potřebují. My s nimi jsme v kontaktu také, ale jen pokud nám oni sami chtějí zavolat do práce a sdělit nám, jak se mají. My už jim nevoláme. Ani jim na sebe nedáváme žádné osobní kontakty, nic.

18. Moje psychohygienu je jednoduchá. Jdu domů, pořádně se vyspím, potkám se s přáteli na nějaké dobré jídlo, a když mám ještě nějaký čas, tak jdu ven dělat nějaké outdoorové sporty, jako je lyžování, horolezectví atd... Co je ale vážně důležité, je, abych byla opatrná se svými volnočasovými aktivitami. Protože pokud jsou ty aktivity takové, že mě úplně vyčerpají, tak pak zase nemám sílu na to jít zpět do práce. Takže to vždy musím vybalancovat.

19. No asi je tam hodně otázek, na co jsi se ještě nezeptala. Napadá mě, že jsem zapoměla říct, že součástí naší práce jsou i noční směny. Když mám noční, tak to znamená, že pracuji od 8 od večera a mám program večer s dětmi, musím být vzhůru celou noc, průběžně přes noc děti kontroluji a dělám to, co je potřeba, takže třeba pečou, nebo něco vařím. V zimě je důležité přikládat. Protože děti spí v dřevěných chatách, tak jim musíme přikládat, aby nám do rána nezmrzli. Je tam toho vážně mnoho. Asi by pro tebe bylo zajímavé to vidět celé v kuse, protože až pak ti dojde, co všechno je důležité.

20. a 21. My máme určitou evaluaci, ale není to nic velkého. Pokud hovoříme o těch našich pětidenních výšlapech, tak i tak je to pro nás těžké povědět, protože to vždy záleží na tom, v jaké fázi celého toho programu se to dítě nachází. Pokud už je připravené na sobě pracovat, tak se změny dějí, pokud ještě není, tak se tam teprve startuje proces. Je to hodně individuální. Někdy nevidíme nic, což je hodně frustrující, ale někdy vidíme obrovské změny k lepšímu, kdy i samo to dítě si ty změny uvědomuje. Někdy je těch pět dní dost na to, aby si dítě o sobě něco uvědomilo, dokázalo navázat spolupráci s ostatními atd.

22. To vlastně ani nevím, zda to máme někde v legislativě. Víím, že poprvé se něco začalo dít před dvaceti lety, jak se to postupně vyvíjí, ale není příliš podkladů. My legislativně spadáme pod AHC a myslím si, že je to pod Alberta Health Services – Addiction and Mental Health a tu vzdělávací část máme pod Alberta Learning and the Calgary Board of Education a odtud vlastně přichází ty učitelé, kteří učí děti v našem základním táboře.

3. Kettealapitvany- (Maďarsko)

1.+7. Nesmíme zapomínat, že v Evropě je divočina mnohem jiná než jinde na světě. Spíše se tedy můžeme bavit o adventure therapy (dále jen AT). Protože třeba u nás, když se děl nějaký takový proces terapie spojený s přírodou, tak byl hodně strukturovaný a bylo to plné různých aktivit a tomu se nedá říkat terapie divočinou. My jsme tak před 6 lety měli první programy, které už měli spíše prvky WT než AT. Bylo to tedy udělané tak, že místo chození po lese jsme byli každý den na řece. V té době jsme to ale neviděli jako WT, ale spíše jako AT. Až tak dva roky zpět jsem se začala zabývat WT a tím, co je tam vlastně za rozdíl. Minulé léto, jsme udělali první programy, které už byly nazvané jako wilderness-adventure programms. A to z toho důvodu, že už jsme tam začali plně využívat prvky WT, ale stále využíváme i prvky AT. Tím je myšleno, že kromě toho, že slovo divočina využíváme i v deskripci našeho programu, je součástí naší expedice a našeho programu, soustředění se nejen na aktivitu, ale hlavní část našeho programu je samotná ta expedice. Myslím si, že až teď jsme pochopili to, že méně v tomto případě může znamenat více. Že ten proces nemusí být tak strukturovaný, že jen musíš věřit samotnému tomu procesu, víc chodit a víc být v té přírodě myslí přítomen a pak to reflektovat a skrze to si to uvědomit ještě více. Tohle léto jsme se hodně soustředili na využívání reflektování bytí. Musím říct, že hodně často jsme se soustředili na poměrně složitou cílovou skupinu. To byli teenageři z náhradí výchovy, u kterých se objevovalo nějaké problémové chování. A u těch to není tak jednoduché. Není to tak, že je vezmeš, dáš do divočiny a chodíš s nimi... Oni potřebují mnohem více struktury, než my bychom rádi využívali, také potřebují mnohem více přípravy před tím, než se jde. Takže je to WT, ale není to tak jednoduché, jak se to zdá. Možná je to také tím, že nemáme tolik zkušeností s WT a stále se vyvíjíme. Na tento rok jsme měli trochu jiný koncept, kdy jsme se hodně soustředili na samotnou expedici. Expedice trvala celkově 11 dní. Hlavní část trvala pět dní. Předtím 4 dny jsme měli hodně intenzivní přípravu stejně tak, jako poté, kdy jsme se zase věnovali reflexi. Bylo to zajímavé, když jsme tyhle děti vzali do divočiny, kdy v polovině jejich případů nikdy nebyli pořádně v lese a ještě ke všemu mají hodně problémů jako je ADHD, úzkostnost, deprese, impulzivní chování a další problémy, a i když prošli přípravou, tak nám hodně dlouho trvalo dostat je na vlnu toho, aby se poslouchali jako skupina, poslouchali nás jako vedoucí. To trvalo vážně dlouho. Myslím si, že tahle část přípravy musí být úplně stejně důležitá, jako samotná část WT, alespoň tedy s těmito dětmi tady u nás. V tomhle krátkém čase to bylo skoro nemožné a bylo to hodně náročné. My jsme měli dvě různé skupiny, jedna byla tahle problémová a druhá byla trochu jiná. Byla to skupina, kde nebylo tolik problémů a to bylo také velmi zajímavé a hodně rozdílné. Když

jsme dělali zpětnou vazbu, tak nám vyšlo, že to nejdůležitější a nejoblíbenější a zároveň nejtěžší byla ta samotná WT.

2.-3. Myslím si, že pro tuto práci by člověk měl mít nějaké speciální vzdělání. Neříkám, že musí mít nutně terapeutický výcvik, ale pokud ho má, tak je to fajn. Ale pokud je třeba sociální pracovník nebo učitel, tak si myslím, že by měl být vytvořený seznam toho všeho, čím on musí projít, co musí přečíst, jaké metody musí znát atd... Třeba určitě by měl člověk umět vést terapeutický rozhovor, měl by znát skupinovou dynamiku a umět vést skupinu, také by měl umět vědět jak se chovat v outdooru, umět navigovat, umět přežít v přírodě a mít znalost z první pomoci.

4. Ano, máme supervize. (V jiné otázce)

5. My jsme si vytvořili svojí vlastní metodiku. Samozřejmě, že vycházíme z nějakých knih, článku a různých našich znalostí, které už jsme měli předtím. Asi se nedá říct, že je to to a to, ale je to opravdu mnoho let zkušeností a přečtených knih třeba od Gasle, Rasle. Myslím si, že opravdu hodně jsem byla ovlivněna právě kruhem odvahy, který hojně využíváme (Circe of courage). A největší metodika pak je právě uvědomění, že méně je více, bylo to velké uvědomění toho, že věci mohou být méně strukturované, jednodušší a více se zabývat samotnou reflexí. A také bych řekla, že je důležité vždy vše prokládat vlastní zkušeností a ne jen prací na druhých, ale prací na sobě samotném a skrze to si uvědomit, jak to všechno může na člověka působit.

6. Tohle je hodně náročné, protože děti samozřejmě mohou jen v létě, kdy mají prázdniny a my jsme jediná organizace v Maďarsku, která tohle dělá. I proto teď budeme otvírat tříměsíční výcvik pro naše kolegy, kdy je tomuto chceme naučit a předávat to dál. Ale teď je to prozatím tak, že stihneme 3 až 4 programy za rok. Teď začínáme s jednou skupinou pilotní projekt, kdy to bude trvat celý rok. A bude to tak, že budeme mít ten letní kemp, jako vždycky, a pak v každé sezóně jeden kemp na 4 dny vždy o prázdninách. Tohle děláme z toho důvodu, že jsme zjistili, že na těchto krátkých projektech je možné z toho dostat jen 10% veškerých benefitů, které tam jsou. Oni potřebují více času na důvěru nám, sobě i skupině a zjistili jsme, že když se na tomto bude pracovat průběžně, tak jim vždy na tu adaptaci stačí jen mnohem kratší čas a mohou se zabývat sami sebou.

8. Na expediční část jdeme vždy jen na 5 dní. Je to hlavně kvůli vodě. V Maďarsku je totiž v létě poměrně problém s vodou a čistými prameny. A proto, aby to nebylo tak složité s jídlem. Dále také mladiství, kvůli své váze, nemohou mít batohy těžší než 15-17 kilo, což je tak akorát jídlo a vybavení na 5 dní. Mysleli jsme si, že by bylo také možné udělat delší expedici, kdy by někde v púlce byly nachystány zásoby na druhou část pochodu, ale pak jsme

usoudili, že by nám to přišlo hodně umělé. Čím se zabýváme víc je, že se snažíme vytvořit expedici, kde nenarazíme na civilizaci po celou dobu expedice. Což je někdy z důvodu osídlení v Evropě poměrně těžké.

9. Je to poměrně dlouhý proces, který má dvě části. První část je poměrně dlouhá. Je věnována výběrům klientů, kteří se programu zúčastní. Se všemi dětmi se setkáme nejdříve osobně a osobně s nimi a jejich zákonnými zástupci hovoříme. Probíhá to tak, že máme kontrakty s různými organizacemi (př. Dětské domovy, SOS vesničky,...) a pak s těmito organizacemi jednáme. Máme nastavený věk mezi 14-18 lety a kapacitu 10- 14 dětí. Instituce pak zvažuje, kdo potřebuje tento program nejvíce, koho oni by doporučili. S těmi počty dětí musíme být opatrní, protože pokud je to náročná skupina, tak 14 lidí je opravdu moc, i když máme dostatek personálu. Tento rok se chceme věnovat také skupině, kde budou jedinci, kterým už bude více než 18- 22 ale stále jsou v náhradní rodinné péči. Tihle lidé mají velký problém s tím, že jsou ještě opravdu hodně dětinské a nepřipravené se o sebe sami postarat, a proto jim s jejich dozríváním chceme tímto způsobem pomoci. První část celého procesu je tedy rozdělení si těchto mladých na kandidáty vhodné na naše programy za pomocí psychologických testů, rozhovorů, tvoření diagnostik mladistvých a pak následné vybírání těch účastníků, kteří mají největší problémy a potřebují tedy pomoci nejvíce a pak jednání s organizací, proč se který účastník zúčastní a který ne. Poté s těmito dětmi začneme více pracovat, začneme se více poznávat a začneme je pomalu připravovat na to, co se bude dít. Poté nastupuje druhá fáze procesu, která trvá 10-11 dní a týká se té expedice. Expedici začínáme v jednom lese, kde je speciální chata jako naše základna. Chata se nachází v krásném prostředí našich hor. Už tam není elektrika ani teplá voda či telefonní signál, ale zde ještě stále spíme v budově. Všichni spí v jednom velkém pokoji na dřevěných postelích a nastává první šok z odtržení od civilizace. Prvně jsou v šoku, ale pak se jim to začne většinou líbit. Tady hrajeme nějaké hry, máme různé aktivity zaměřené na jednotlivce i na skupinu, učíme se orientovat v přírodě a učíme si zabalit batohy. Tady z tohoto místa pak začíná naše expedice. Vše, co na ni nepotřebujeme, tak necháváme v domě a po 4 dnech vyrážíme. Tady je důležité zkontrolovat jejich vybavení a dovybavit je tím, co nemají proto, aby nenastal žádný problém s vybavením. A pak máme těch 5 dní pochodu. Celkově je to 4 noci spaní venku a 5 dní chození. Účastníci jsou rozdělení do skupin, ve kterých mají vlastní mapy a každý den je jedna skupina vedoucí skupinou a dle mapy a vyznačené cesty vede ty ostatní. Každý den nachodíme kolem 6km, což je poměrně málo, ale pro ně je to poměrně hodně, protože oni na to nejsou vůbec zvyklí a ještě jak mají ty těžké batohy, tak jsou každý den

velmi unavení. Každý den přijdeme odpoledne do místa, kde budeme nocovat, a je potřeba rozložit si spaní, udělat oheň a pak pracujeme na různých cvičeních, jako je třeba sólo.

9. + 10. Kromě toho, co už jsem říkala předtím o vybírání dětí a skupiny, musíme připravit základní tábor, musím projít a připravit celou tu trasu, kterou s nimi půjdeme. Najít, kde je voda, kde budeme spát, zjistit, zda tam můžeme spát od lesní správy, najít a zkontrolovat, kde je nejbližší nemocnice. Také musíme připravit pracovníky. Tohle léto jsme měli s sebou nějaké nové dobrovolníky, protože jsme neměli dostatek pracovníků, tak jsme potřebovali i dobrovolníky, protože v případě, kdy jdou terapeuti něco řešit s někým individuálně, tak je potřeba mít zajištěn dostatečný počet pracovníků pro zbytek skupiny. Kdy nám často ostatní nevěří, že na 10 dětí je potřeba 6 - 7 pracovníků. Tyhle děti potřebují opravdu mnoho osobní pozornosti a energie, která do nich bude vložena. Všichni dohromady vždy jdeme do toho základního tábora, kde procházíme celý program, o všem pečlivě diskutujeme, někdy je potřeba udělat nějaké změny či tam vložíme nové nápady. Někdy naši noví dobrovolníci sami chtěli přispět nějakými aktivitami, které s dětmi chtěli udělat, pak diskutujeme i o tomto. Také je potřeba nás jako team stmelit a poznat se a strávit spolu nějaký čas, takže hrajeme nějaké hry atd... Také je potřeba připravit jídlo na 11 dní. My máme svoji kuchařku, která je sociální pracovnice a minulý rok se s námi rozhodla jít jako dobrovolník kuchař a to bylo úplně úžasné. Mám v plánu o tom, co se děje v kuchyni napsat i článek. Kdy my jsme měli v základním kempu malou kuchyňku s kamny na dřevo, kde ona vařila. Ona nám nachystala seznam, co se musí koupit a také jsme společně vymysleli systém, jak třeba maso zachovat i bez elektriky a ledničky čerstvé. Kuchařka s námi nebyla na expedici samotné, vždy jen v tom základním kempu. Každopádně v době, kdy jsme byli v základním kempu, tak byli některé děti pověřeny nějakým úkolem v kuchyni, kdy jí tam pomáhali s nádobím či s vařením, a ona nám každý večer říkala tolik krásných postřehů ze situací, které se v kuchyni odehrály a které byly velmi důležité. Jak moc dobře víme, ty nejdůležitější věci se vždy v domácnosti odehrají v kuchyni. Od té doby si opravdu myslím, že v kuchyni s námi vždy musí být někdo, kdo je vzdělaný v tomto oboru a kdo ty děti dokáže správně ošetřit.

12. My s tímhle nemáme špatné zkušenosti. My máme v teamu tři poměrně svalnaté muže a i tím pokaždé, když se něco začne dít, a oni do toho vstoupí, tak děti mají respekt a poslechnou. A také když jsme v základním táboře, tak strávíme hodně, opravdu hodně času nad stanovováním si pravidel skupiny, která si stanovuje skupina sama. Někdy nám to trvá i celý den, než vytvoříme pravidla, protože je tam mnoho detailů, které oni sami pak musí sepsat. Hodně se v pravidlech zabýváme právě agresivitou, využíváním různého nářadí, co se děje v noci, kdy musí jít do postele, co se děje, pokud mají mezi sebou problém. Tohle mi jen

facilitujeme a oni to tvoří, po dokončení si je sepíšou, různě vybarví a nakonec je všichni podepíšeme. Věř nebo ne, ale tímhle způsobem je pak oni berou opravdu hodně vážně, protože to jsou jejich pravidla. Pokud se stane, že někdo pravidlo poruší, tak většinou oni sami mají tendence se navzájem kontrolovat a dávat si na to velký pozor.

13. Nikdy se nám nic nestalo. Také na to máme pravidlo, kdy nože mohou být venku pouze v případě, kdy to dospělí dovolí, jinak je musí dát zpět do svých batohů. Každý má svůj nůž a to i v případě, kdy se svým nožem nepřijdou, tak mi jim jej půjčíme. A opravdu musím říct, že jsou s nimi velmi zodpovědní. Možná je to i z toho důvodu, že jim nikdy nikdo nevěřil a my jim věříme a řekneme jim to, že není důvod jim nevěřit, protože jsou na to dost velcí a také jsou sami zodpovědní za svá pravidla. Takže když někdo poruší pravidla, nechodí za námi, oni vědí, co se děje, když jsou porušená pravidla a proč tam ty pravidla jsou. Jednou se nám stalo, že se nám dva kluci začali rvát. Bylo to poslední den naší výpravy, když už jsme byli zpět v základním táboře, a oni byli poměrně hodně nervózní a nějak se stalo, že se dva kluci začali pošťuchovat se svými batohy, až to přerostlo v agresivitu a rvačku. V tu chvíli byli oba rozdělení a poslaní s jedním dospělým pryč, aby se uklidnili. Oba pak začali brečet a vlastně vůbec nevěděli, proč se to stalo. Pak se k sobě vrátili a oba se navzájem omluvili. Také jsme na to pak měli cvičení, kdy kolega, který byl dříve vojákem, byl od kluků požádán, aby jim ukázal a naučil je nějaké triky, jak se prát. On jim v tom vyhověl, ale požádal je, aby je nevyužívali. Poté na to měli takové cvičení, kdy je učil spíše obrané chvaty, jak se ubránit, poté s nimi udělali silově vyvážené dvojice, kdy si to mohli zkusit. To bylo vážně výborné cvičení, kdy bylo skvělé pozorovat, jak při zápasu na sebe navzájem dávali pozor, aby si navzájem neublížili. Toto bylo poté zajímavé vysvětlovat rodičům a učitelům a taky supervizorovi, ale my jsme na to byli připravení a uměli jsme to obhájit a opravdu i zpětně to bylo velmi přínosné a mělo to zpětně mnoho benefitů.

14. + 15. My jsme jim vytvořili kruh odvahy, který jsme přejali ze Severní Ameriky, který má čtyři dimenze a ty nesou čtyři základní elementy a na tomto hodně pracujeme. První dva elementy jsou země a voda. S těmi pracujeme už v našem základním táboře. Se třetím- fází nezávislosti (jsou zodpovědní sami za sebe) a čtvrtým elementem pracujeme v průběhu expedice. A to je pro ně hodně náročné. Hlavně ta zodpovědnost, kdy se nám ukazuje, že tyto děti tím, že jsou třeba v institucionální výchově, vůbec neví, jakým způsobem za sebe mít zodpovědnost, nemají s tím žádnou zkušenost. A proto my jim to dáváme hodně pocítit. Tím, že jim neříkáme, co mají dělat, jak mají jíst, jak mají spát, nic. A pro tyhle teenagery je to tak obrovská zkušenost, kdy na jednu stranu cítí svobodu, kterou předtím neměli, ale také cítí strach, že vlastně neví, zda jsou schopní se o sebe postarat, zda nejsou v nebezpečí a že

vlastně mnoho věcí ještě neumí. Tohle na nás klade velký požadavek v tom, abychom jim ukázali, že jsme tu pro ně, když budou chtít, že jim pomůžeme, a že se mají na koho obrátit. Někdy, hlavně dívky, přijdou a chtějí s něčím pomoci. My jsme k nim velmi přátelští, ale zároveň za ně věci neděláme. Spíše je podporujeme, že to dokážou, aby věřili sami sobě, a nastolujeme pocit bezpečí, kdy oni to musí zkusit sami, ale zároveň ví, že kdyby se cokoliv dělo, tak jsme tam pro ně a pomůžeme jim.

16. Když chodíme, tak to většinou nesnáší (brečí, nadávají, jsou naštvaní,...) a pak když už dojdeme, oni odloží batohy, tak jsou šťastní, jsou plní energie, smějí se, staví přístřešky a opravdu si to hodně užívají. Nejvíce jim dělá problém to chození. Ta první noc je většinou trochu krizová, protože jsou třeba nervózní a nemůžou usnout, nebo je jim zima. My jim všechny ty věci ukážeme vždy jen jednou a oni to ví, ale stejně nedávají pozor a udělají spoustu chyb, že je jim zima, protože si špatně postavili přístřešek, nebo mají hlad, protože se nenajedli dost. My na to nereagujeme a druhý den při reflexi to řešíme. První večer jsme i my hodně nervózní z toho, jak vše půjde, ale snažíme se jim do toho nezasahovat. Protože oni třeba trochu mohou první večer trpět, ale díky tomu se toho naučí mnohem více a více se z toho poučí, než kdybychom jim vše hned opravili a nenechali je nikde udělat chybu. Druhý večer už je to pak lepší, třetí a čtvrtý je to v podstatně perfektní. Tím, že se takto brzy poučí, tak jsou pak ke všemu více vědomí a mohou jít hlouběji do prožívání a práce. To se děje hlavně třetí a čtvrtý den, kdy hodně mluvíme o emocích a pocitech. První a druhý den se totiž většinou více zabývají tím, jak to všechno přežít, a od třetího dne už jsou více komfortní s přírodou.

17. Poměrně brzy po expedici (týden až 10 dní) se stýkáme s každým dítětem a děláme s nimi individuální rozhovory, děláme s nimi interview a musíme zopakovat všechny ty psychologické testy, abychom změřili, zda se tam objevila nějaká viditelná změna. Také s nimi děláme ten strukturovaný rozhovor jako před tím, a tím se nám i objeví vždy několik jedinců (2-3), kteří zažádají o více individuální práce. Někdy se tyhle individuály dějí i po Skypu, protože nejsme třeba ze stejných měst. Každopádně zůstáváme v kontaktu. Většinou si sami děti vyberou toho, ke komu nejvíce přilnou, a komu budou nejvíce věřit, a zůstanou s nimi v kontaktu. Tahle následná péče pak trvá ještě po dobu jednoho roku, kdy jim pomáháme vytvořit vztahy s jejich okolím, protože se nám často stává, že nevěří nikomu jinému než nám, a to není dobré znamení. My s nimi nemůžeme zůstat celý život, a tak na tom musíme pracovat a pomáhat jim tvořit další vztahy s rodinou, s institucí, která se o ně stará, zkrátka s jeho nejbližšími. Na tom pracujeme tak, že máme speciální skupiny s rodiči a skupiny s rodiči a dětmi a tam systematicky pracujeme na rodinné terapii.

18. Já se většinou cítím velmi nadšeně, protože vím, že jsme se toho hodně naučili. Po každém programu a expedici uděláme závěrečnou evaluaci a vždy zjistíme, kolik jsme se toho naučili a co všechno jsme zažili. A já vždy cítím, jak moc je tam ještě možností, co se naučit a být v tom lepší a lepší. Také jsem poslední dobou měla silný pocit při tom, kdy se na nás nějaké dítě přílišně navázalo, a já jsem si říkala, že vlastně nevím, co s tím dítětem bez nás bude. I já vím, že je to v terapii normální, ale v tomhle prostředí my musíme být ještě opatrnější, protože opravdu pracujeme s dětmi, které byli hodně traumatizováni. A tam já cítím sama pro sebe hodně velkou výzvu, že s těmito pocity musím pracovat, abych dokázala vytvořit prostředí, kdy dokážu dát tuto zodpovědnost do rukou těm, kterým patří, tedy jejich rodičům, a ne ji přejímat sama na sebe. To je ten nový pocit, dříve jsme se hodně soustředili jen na samotné děti, ale teď vnímám, že je potřeba se také soustředit i na dospělé kolem nich. Tohle je pro mě hodně velká výzva, je to také hodně pozitivní a silný pocit, kdy vím, že děláme dobrou věc.

19, 20, 21 (V jiných otázkách)

22. Nemáme vůbec nic v legislativě ani WT ani AT. Všechno to chybí. To pro nás znamená, že musíme být hodně opatrní a musíme si sami dát dohromady nějaká pravidla a legislativu, jak tohle bude fungovat. Například bezpečnost, to u nás vychází z toho, co se Gabor (partner) naučil z výcviku první pomoci v divočině. Každé dva roky jezdí právě do Belgie a dělá mezinárodní test, který mu zaručuje mezinárodní certifikaci. Tuto znalost pak přenáší i do naší organizace a my na ní stavíme naše programy. O těchto věcech pak jednáme s dospělými, kteří k nám děti přivádí. No a to je také pro nás velmi často náročné, protože pokud je to náhradní péče, tak to může mít státní povahu, a to znamená mnoho papírování, jako třeba zaručení se za bezpečnost programu, co se bude dít v případě nehody, kdo je za co zodpovědný atd... Tady si sami připravujeme složky, kde jsou velmi detailní otázky, kterými se budeme zabývat s každým z participantů. O těchto věcech pak mluvíme s jejich zákonnými zástupci, rodiči, či kdo to je. A vlastně je žádáme, aby si na tu dobu WT udělali speciální pojištění. Na druhou stranu i my podepisuje smlouvu, že kdyby se cokoli stalo, že se o ně postaráme, že máme sebou certifikovanou osobu první pomoci v divočině, jak daleko, na kterých místech je v případě nutnosti nemocnice atd...Z důvodu bezpečnosti také nahlašujeme na správu lesů, že se v té a v té době budeme pohybovat na tom a tom území jen z důvodu bezpečnosti, že by se tam zrovna lovilo či tak něco. V Maďarsku máme pravidlo, že na jednu noc můžeme spát kdekoli chceme, což pro nás není problém. Stejně tak, povětšinou všude můžeme dělat oheň, jen musíme dodržovat pravidlo, že po nás nikde nic nesmí zůstat včetně zakopávání ohniště.

Příloha č. 3: Rozhovory s dotazovanými (nepoužité ve výzkumu)

1. Human-Nature: Family Roots – Adventure Therapy Group (Canada, British Columbia)

1. Pro mě to v podstatě znamená spolupráci vznikající ve světě přírody. Svět přírody pak pomáhá zase klientům ve velkých změnách a posunech v jejich chování. Tak to asi tak obecně. Tady je trochu složitější vůbec to rozdělení, kdy každý odborník to může cítit trochu rozdílněji. Co je wilderness therapy, adventure therapy a ergotherapy, které jsou si všechny strašně moc podobné. Já jsem na to psala také svoji závěrečnou práci a bylo velmi náročné postihnout, co je vlastně ten rozdíl. Jsou to totiž takové kruhy, které se neustále na více místech propojují a shodují. Co si myslím já, že je rozdíl: Adventure therapy znamená využití nějakého vybavení, dobrodružství, zážitku a aktivity pro navození změny, což zákonitě nemusí vždy zahrnovat divočinu a přírodu, protože se to dá tvořit i za pomoci hry, a to i mimo přírodu, ale mnoho z nich naopak využívá prvek přírody, jako je kayaking atd... Wilderness therapy samozřejmě nelze dělat uvnitř. Ta právě využívá divočiny, jako základního prvku a je to outdoorová aktivita. Velmi specificky a do hloubky se tam využívá právě příroda za pomoci dalších terapeutických činností. A využívá prožitku z delšího času stráveného v přírodě. Ergotherapy se zase soustředí na vztah člověka se světem přírody, na rozdíl od WT, která se spíše soustředí na tu samotnou zkušenost v průběhu cestování po přírodě, na výzvy, které nám příroda přichystá v rámci cesty, učíme se, jak kooperovat ve skupině, jak přežít v různém počasí atd... A právě ergotherapy se soustředí na ten vztah mezi člověkem a přírodou. Ten vztah se může samozřejmě dít i během WT, ale také se tvořit vůbec nemusí. My si nemusíme během toho uvědomovat propojení mezi námi a přírodou. Člověk si nemusí uvědomovat, že je součástí přírody, a že je příroda, stejně jako se to děje u ergotherapy. Ergotherapy se zase vůbec nemusí dít v divočině a také se často neděje. My ji klidně můžeme provádět v kanceláři s nějakými přírodními předměty, nebo můžeme být jen venku či v blízkosti přírody, ale nemusí to být nutně divočina. Já ve své práci využívám všech tří částí, kdy ony se různě propojují a spojují.

3. Já i můj kolega máme magisterské vzdělání v poradenství a to je asi ten základ. A pak je mnoho kurzů a výcviků, které se týkají WT a adventure therapy. Potřebuješ mít první pomoc v divočině, výcvik v divočině jako takový, zkušenosti s vedením skupiny a také je možné udělat si samotnou školu na WT, kterou mám také. Ta je v Coloradu. Vždy to záleží na člověku a na tom, na co se přesně zaměřuje. Poměrně důležité je také mít terapeutický výcvik, ale ne mnoho lidí tady v tomto poli ho opravdu má, i když terapii dělá. Ale žádné specifické

vzdělání tu opravdu dané není. Pro mě je tam důležitější to, co je kontrakt mezi mnou a klientem a to jak si tohle nastavím, než to, jaké já mám vzdělání.

4. Ano, David a já se supervidujeme navzájem a ještě si platíme supervizora z venku. Supervizi máme průběžně, jak běží program a cítíme potřebu.

5. My žádné metodické materiály nemáme, ale má je organizace, která nás zastřešuje Power to Be. Tady je obsažena politika organizace, řízení rizik, postupy pro určité situace tím, že my jsme poměrně malá organizace, tak ještě nic takového nemáme. Tím, že všechny programy, co máme, máme dohromady s Power to Be, tak oni toto zastřešují. Ale samozřejmě to budeme muset také vytvořit. Problém je, že tohle trvá hodně dlouho vytvořit.

6. +8. + 10. My neděláme příliš opravdu wilderness výlety v tom odborném slova smyslu. Spíše se právě soustředíme na ty kratší výlety do přírody, které ale úplně nemůžu nazvat divočinou jako takovou. Protože nejdeme úplně na ty dlouhé programy do divočiny. Co my děláme, jsou šestiměsíční programy pro rodiny s dětmi, kdy v průběhu těchto šesti měsíců jim jednou za měsíc děláme víkendové programy v přírodě. Kde tedy spí a je tam ten prvek divočiny, ale není to úplně hluboko v divočině, žádné velké výlety do divočiny s batohem atd. S rodinami, se kterými my pracujeme, už je tak hodně práce, a to jsme jen v campu. Rodiče nemůžou na tak dlouho a pro některé ty dospělé už tak je spaní ve stanu na jednu noc velká výzva. A to tedy je většinou jeden program ročně od jara do podzimu. Je to 6 rodin, takže něco kolem 20 lidí, se kterými my intenzivně pracujeme.

7. Mladiství a jejich rodiny.

9. Já si myslím, že je to docela dlouhý proces. Oni totiž jsou připravováni v celém průběhu toho programu. Taky máme velmi rozdílné rodiny. Jedna rodina je zvyklá na pobyty v přírodě a druhá zase vůbec. Další věc je, že v našem programu to pro ty lidi děláme poměrně jednoduché, poskytujeme jim na tu dobu všechno jídlo, vybavení, oni se jen musí ukázat. Taky jim uděláme seznam všeho, co potřebují, a pokud něco z těch outdoorového vybavení nemají, tak jim to poskytujeme my. Taky ještě před samotným celým programem děláme závaznou smlouvu, ve které jsou informováni o tom, co se bude dít a co mají čekat. Takže se na to mohou fyzicky, psychicky i emocionálně připravit. Ví, že budou celý den venku, že budou součástí větší skupiny, kde budou vzájemně kooperovat, takže ví, do čeho jdou. Na začátku máme jednodenní program, kdy je vezmeme kempovat jen na jeden celý den. Vlastně děláme dva dny v kuse, ale nespí tam. Tady přes ty dva dny pracujeme na tom, aby si věřili, jako skupina, a aby se tam vyvinula skupinová dynamika. Učíme je, jak být venku a zároveň být v bezpečí, a už je začínáme pomalu připravovat na to, co se bude dít na dalších programech. Ta první lokace, kde jsme, je velmi blízko divoké přírody, blízko oceánu, je to

na pozemcích univerzity a je to tam opravdu velmi pěkné a příjemné, protože tam můžeme dělat i seekayaking.

10. Je to rodinná terapie a někdy se o děti starají rodiče, někdy my chceme, aby do toho nezasahovali, a máme za ně zodpovědnost my. Někdy to také mají na čas rozdělené, kdy rodiče pracují zvlášť a děti také, a tam také máme zodpovědnost my, jako rodiče. Ale právně za děti mají zodpovědnost spíše rodiče, protože samozřejmě oni jsou zákonnými zástupci.

11. No tím, že my neděláme WT opravdu tak náročnou jako třeba jiné programy, tak to není tak náročné pro nikoho po fyzické stránce. Celá pointa programu, které my děláme ve spojitosti s organizací Power to Be, je, že všechno je možné pro všechny a to i pro lidi s nějakým fyzickým handicapem. Taky nemáme v programu žádné osoby, které by třeba měly problém se závislostí nebo bychom si museli dělat starost s nějakými bezpečnostními pravidly z důvodu jejich chování.

12. Tak tím, že nemáme rizikovou mládež, tak to není tak časté, ale samozřejmě, že někdy se stane, že děti jsou z něčeho frustrované a pak se ukáže agrese. Není to k sobě navzájem, ale spíše, že třeba začnou mlátit klackem do stromu, nebo někam utečou. Když někdo má tendenci být agresivní, tak většinou jde mimo skupinu, aby se uklidnil.

13. U nás v podstatě vůbec nevyužívají žádné nebezpečné předměty. Když jde třeba o sekání dřeva, tak je to hodně moc kontrolované a vždy je u toho dospělá osoba, která to má na starost. No a i tady u toho jim nejdříve vždy ukazujeme a vysvětlujeme, jak je mají využívat. A třeba když pomáhají s vařením, tak je tam zase někdo, kdo na ně dává pozor.

14. Být bez elektroniky je pro ně poměrně dost náročné. Většinou se je tam někdo snaží propašovat. Být pryč z toho každodenního kontaktu s okolím je pro ně poměrně dost náročné. Ty děti jsou většinou ve věku 8-12 (14) a čím jsou starší, tím je to pro ně náročnější. A pak samozřejmě je to spaní ve stanu. To je velmi často náročné i pro jejich rodiče, ale tím, že tam nejsme na více dní, tak to není pro ně až tak těžké. Hodně našich programů se děje na nějakém místě, kde mohou využít koupelny - WC a sprcha, proto se příliš nepotýkáme s tímhle tématem, ale i tak mají někteří rodiče problém s používáním společného záchodu.

15. Tam je tolik věcí, které se dějí hlavně mezi účastníky. Taky mě napadá, že je hlavně pro děti náročné stravování. My jim dáváme všechno jídlo, a to pouze zdravé jídlo, a některé děti na to vůbec nejsou zvyklé a mají s tím velký problém. Třeba teď na poslední výpravě se tam jedni rodiče snažili propašovat nějaký McDonald, aby se jejich dítě mohlo najíst. Některé děti to jídlo nesnáší a některé děti to jídlo milují. Na rozdíl od toho rodiče to jídlo milují a jsou nadšení z toho, že to jejich děti musí jíst.

16. Ano, tyhle věci taky děláme. Tedy opět, nejsou tak dlouhé, jako by byli na běžné WT, ale ticha i solo času, kdy se soustředí sami na sebe a všímají si co se děje kolem nich a v nich. Tohle vždycky musíme přizpůsobit té skupině, se kterou zrovna jedeme. Takže někdy je to opravdu sepr krátke, třeba jen 5 minut, ale postupně se tenhle čas prodlužuje. Reakce na to jsou opravdu velmi různorodé. Některé děti to milují, jiné mají problém vůbec s tím se usadit. Takže chodí kolem a pořád hledají to správné místo, proto, aby si nemuseli sedat. Máme hodně dětí, které mají diagnózu ADHD, úzkostnost, atd... takže to je vážně náročné. Super na tom je, jak vidíš, co to s nimi postupným cvičením dělá. Jak to funguje a pomalu se zklidňují, dokážou se více soustředit. Na konci pobytu už sami jdou, vezmou si své deníčky a všechno si zapisují a pak to dokážou sdílet s ostatními. My jim na začátku dáváme malé deníčky a to, zda jich využijí, už je na nich. Vlastně je to jen o cvičení. Být sám se sebou, umět to a nemít tendence se zabavovat něčím jiným, co tě vyrušuje od sebe samého. Také opravdu hodně často využíváme metafor v přírodě a toho, co nám říkají.

17. Tím, že s nimi pracujeme 6 měsíců v kuse, tak to vždy probíhá tak, že v naší organizaci máme pracovníka - konzultanta, který chodí a navštěvuje tyhle rodiny mezi každým víkendem a pak je další víkend v celé skupině a takhle se to točí, takže máme stále nějakou následnou péči, kde mapujeme a řešíme jejich problémy, které se objevují. Po tom půl roce programu máme ještě následnou péči. Tam je několik sezení s rodinami a celkově jsme s nimi poměrně dlouho v kontaktu. Někdy máme společný večer, nebo den, kdy se zase mohou sejít všechny ty rodiny, které u nás kdy byly. Ale jinak pak už nic. Na to už bohužel nezbyvá prostor ani čas.

18. Já nic moc asi dělat nemusím, protože to není zas tak náročné. Je to jeden víkend. A pak je zase klid a navíc pracuji v teamu. Takže to není všechno jen na mě. Je to velký a skvělý tým lidí, kteří se navzájem podporují. Většinou jsou to dva lidi z poradenství, dva studenti na praxi, lidi z Power to Be a čtyři dobrovolníci. Takže fakt velký team na 20 osob. Po každém víkendu máme společné sezení, kde to celé shrneme, navzájem se oceníme a hodně se tím podporujeme. A další věc je, že opravdu děláme pěknou práci, plnou energie a slunce, která tě spíše nabíjí, než vybíjí.

19. No jediné, co mě napadá, je, že tahle věc může být udělaná dalšími mnoha cestami, a to jak to děláme my, není jen jediná cesta.

20. + 21. + 23. Máme od nich evaluace, ale prozatím jsme neudělali dostatek evaluací na tyto dlouhodobé výzkumy, ale z toho, co máme, zatím vychází velmi pozitivní zpětné vazby. Obzvlášť pak na samotné ty závěrečné evaluace, ty jsou hodně pozitivní. A to i třeba, když je vidíme po roce či ještě delší době. Tak o tom mluví ve velmi pozitivním slova smyslu. Ale

upřímně v té evaluaci jsme docela špatní a ještě toho nemáme mnoho, protože na to nemáme příliš času ani nikoho, kdo by se tím teď mohl zabývat.

22. Naše práce legislativně není příliš ošetřená. Nijak moc v tom nefiguruje. Ta naše dceřiná organizace Power to Be není vůbec financovaná státem. Celá organizace je financovaná s osobních zdrojů a mají vlastní způsob získávání finančních prostředků. Náš rodinný program je financován z Power to Be, který finance zajišťuje pro nás. Tyhle programy jsou hodně specifické. To je také důvod, proč třeba v USA si mnohokrát tyto programy musí platit sám účastník. U nás tím, že na to Power to Be získává peníze, tak si to rodiny nemusí platit, ale to opravdu není velmi běžné.

My jako organizace jsme regulováni pod profesí poradce, takže se musíme řídit tím, co je pod touto profesí, to se hlavně hodně týká pojištění. Pak máme také nějaká pravidla, kterými se musíme řídit, ale to je všechno. Tím, že my nejsme sociální služba, která je financovaná vládou, tak nepodléháme ani jejich standardům.

2. Életrőlészólóélmény- (Maďarsko)

1. Pro mě je WT prostředek či rámec, který může účastníkovi poskytnout zkušenosti, kde se jim představuje přebírání zodpovědnosti za sebe. My to děláme tak, že nejdříve připravujeme účastníky za pomoci různých workshopů, jak si udělat oheň, jak si postavit přístřešek, jak používat mapu a kompas a další věci, které souvisí s přežitím v divočině. Takže ještě před tím, než s nimi vyrazíme na samotnou expedici, tak musí udělat mnoho rozhodnutí a naučit se mnoho věcí. Máme to nastavené tak, že dokud se to učí, tak se mohou na cokoliv zeptat, ale poté my jako trenéři jdeme do pozadí a je na nich, jak se v které situaci zachovají a co udělají, my do toho nezasahujeme do té doby, dokud nejsou v nebezpečí. Tímto způsobem je učíme nalézat důsledky svých rozhodnutí a na tohle je příroda opravdu výborná. Ta nám totiž dává opravdu rychlou zpětnou vazbu, kterou rychle pocítíme. Na začátku jim dáme informační balíček, kde mají nějaké úkoly, které mají udělat. Někdy jsou to skupinová rozhodnutí, spolupráce ve skupině, jindy jsou to zase hledání cesty, či podporování jeden druhého. Nejsou to jen fyzické, ale také psychické úkoly, protože máme třeba špatné počasí a to na ně více působí psychicky než fyzicky. Tenhle výlet nemají možnost ukončit. Většinou trvá 3 dny a po první noci jim vždy rozbijeme skupinu, aniž bychom je na to upozorňovali. Mají také rozdělené zdroje, kdy něco má jedna skupina a něco zase ta druhá, včetně map. Jedna skupina dostane mapu té druhé skupiny a naopak a jediné co mají, jsou telefony s omezeným limitem minut, které spolu mohou komunikovat. V tuto chvíli musí velmi obezřetně nakládat s telefonní časovou dotací, kterou dostali, protože jinak se nedostanou do tábořiště, kde se mají obě skupiny sejit. Tímto způsobem se je snažíme dostat z jejich komfortních zón pro to, aby si zkusili, jak na ně umí reagovat, a co je v takových chvílích důležité udělat. Po druhé noci je opět vracíme zpět do jejich komfortní zóny, kdy se všichni pořádně najíme a jdeme třeba do sauny nebo na wellness. Poté, co se opět cítí dobře a zklidní se, tak se opět snažíme podívat na tu situaci, která se jim stala, a jak v takové chvíli reagovali, jakou měli strategii, zda byli schopni rozpoznat své pocity, jak se chovali atd. A pak se soustředíme na to, jak bychom toto mohli změnit. Tento briefing většinou trvá skoro stejně dlouho, jako samotná expedice, protože pro nás to je mnoho materiálu, se kterým se dá pracovat. Takže příprava před expedicí je půl dne, ne vždy je to dostatečné, ale bohužel je to z časových důvodů. Ideální by bylo tak 8 hodin. Také jsem zapomněla říct, že jim nedovolíme si vzít všechno, co chtěli. Mohou si vzít pouze jídlo na první večer, ale musí ho všechno sníst, v průběhu dne mají limitované jídlo, kdy se musí rozhodnout, co si vezmou, a to ze dvou důvodů. Prvním je váha batohu a druhý je donutit je k tomu udělat to rozhodnutí a tím je dostat z jejich komfortní zóny. Po půldenní přípravě jdeme na dvě noci do divočiny a třetí den ráno se

vracíme zpět a máme půl dne na vracení se do jejich komfortní zóny, kdy máme většinou nějaké to wellness, spaní a jídlo a pak začíná briefing. Prvně řešíme jen, co se stalo, protože většinou ještě nejsou schopní jít hodně hluboko ke svým emocím, které se jim venku děly a druhý den pak jdeme hlouběji k emocím a snažíme se najít spojení mezi těmito emocemi a jejich každodenním životem.

2.

3. Je to dobrá otázka, protože my všichni máme vzdělání, ale nevím, zda je to někde napsané, co vlastně musíme mít za vzdělání. Myslím si, že to vždy záleží na řediteli té organizace, co bude od svých pracovníků vyžadovat. Ale v podstatě se to pohybuje v poli lektora, psychologa, psychiatra, sociálního pracovníka nebo něco takového. A také by měl být zkušenosti s vývojem dětí, se zážitkovou pedagogikou a také s přežitím v divočině.

4. Pokud se setkáme s nějakou náročnou situací, tak jdeme na supervizi, ale je to vždy jen pokud máme něco konkrétního k řešení. Ale máme svého supervizora z venku.

5. Nemáme. My vlastně se můžeme stát lektorem až po tom, co projdeme asistencí, kdy pokud náš vedoucí nazná, že už jsme dostatečně zkušení na to stát se lektorem, stáváme se lektorem. Ale je to vždy až po určité době zkušeností.

Jinak metodika vychází ze zkušeností našeho vedoucího, který prošel výcvikem Outward bound traper, takže metodika vychází tady z toho. To je mezinárodní trénink, který využívá outdoor vzdělání, zážitkové pedagogiky a zkušeností přežití v divočině.

6. Obvykle děláme tak 5 až 6 expedicí ročně.

7. Já se soustředím na práci s mladistvými, kdy s nimi pracujeme v prostředcích primární prevence, kdy to mají třeba pro budování skupiny a dobrých vztahů. Většinou ve věku 13 let a výš. Příliš to není pro mladší děti, protože ty nemají ještě takovou schopnost sebereflexe, takže by tam některé věci nefungovaly. Každopádně WT využíváme hlavně pro pracovníky center, kteří pracují s mladistvými proto, abychom jim dali nějaké prostředky pro jejich práci s klienty. V této práci hodně využíváme zážitkové pedagogiky, arteterapie, přírody jako prostředku. Také velmi často pracujeme ve spolupráci i s jinou organizací, ne jen my jako samotná organizace.

8. Ano. My jsme to dříve dělali jen na dva dny, ale zjistili jsme, že někteří z nich se za tu dobu nestačí dostat ven ze své komfortní zóny, tak proto jsme to prodloužili. Třeba jako chození na záchod. Pokud jsi někde v přírodě jednu noc, tak ti to nedělá problém a své potřeby můžeš potlačit, ale po dvou dnech už většinou ne. Samozřejmě by to mohlo být delší. Plánujeme udělat expedici na 5 dní, ale v tom případě musí být i briefing delší, takže by to bylo celkově tak na 9 dní a to už je zase náročnější na přípravu.

WT využíváme, jen v těch delších procesech, jako je 10 denní trénink, kdy WT využíváme až později, kdy klienty už známe a oni nám věří. Vždy to musí být minimálně den až dva, aby tam nějaká důvěra fungovala a oni nám věřili, že je nepřivedeme do nebezpečných situací.

9. Takže nejdříve získáváme informace od učitelů a rodičů. Poté poznáváme samotnou skupinu a to různými seznamovacími aktivitami, poté o tom vypracováváme zprávu a před tím, než začne samotná expedice, tak jim posíláme dopis s tím, co všechno je potřeba, aby si obstarali. Oni si potřebují obstarat to základní vybavení, jako jsou boty, funkční oblečení a spacák a my jim půjčujeme zbytek outdoorového vybavení jako je přístřešek, provazy, jídlo atd... Dostávají poměrně velký list toho, co si mají vzít s sebou a je jen na nich, co z toho si opravdu vezmou a co ne.

10. Může tam být klidně 30 dětí, ale v tom případě tam musí být 4 vedoucí z důvodu bezpečnosti.

11. Obvykle mluvíme s učitelem té třídy, zda jsou tam nějaké problémy s chováním a zda jsou tam nějaké vážné diagnózy dětí. Každý rodič musí vyplnit formulář týkající se jejich fyzického zdraví. Pokud je tam někdo, kdo má nějaké vážné fyzické omezení, tak se většinou přikláníme spíše k jinému způsobu podpory třídního klimatu než je tahle expedice. Také je důležitý souhlas samotných účastníků, že chtějí jít, protože pokud nechtějí jít, tak nejedeme, protože by to rušilo skupinovou dynamiku.

12. Je pravda, že se nám občas dějí nějaké konflikty, ale nikdy to nejde příliš daleko, že by se třeba začali mezi sebou bít. Vždy, než jdeme na expedici, tak o tomto tématu hodně mluvíme. Obvykle jdeme s menší skupinou a tím se jim můžeme poměrně dobře individuálně věnovat a tím tyto věci včas podchytit, ale pokud mají mezi sebou konflikt, třeba na sebe křičí či si nadávají, tak je necháme, protože je to jejich rozhodnutí se takto chovat a oni ví, jak se mají správně chovat. Vstupujeme do toho pouze v případě, kdy by se jednalo o fyzickou agresivitu. Až poté, co k tomu dojde, tak to nenápadnou cestou reflektujeme, aby se z toho mohli ponaučit. Pokud vidíme, že to ale k ničemu ani po verbální stránce nevede, tak do toho vstupujeme a upozorňujeme je na to. Je to jednoduché, protože většina negativních projevů v divočině nefunguje, třeba jako je utíkání či odmítnutí pokračovat dál... (oni tam nemají kam utéct, ani kde zůstat či tak něco...)

13. S tím my moc problém nemáme, protože jsou to děti bez větších problémů v chování. Oni mají možnost mít u sebe nože a užívat je, když je to dovoleno.

14. Tím, že nejsou zvyklí být v takové přírodě a najednou nemají žádné telefony ani PC, tak neví, co mají dělat. Je to pro ně velmi divné prostředí a velmi často jsou také konfrontováni s fyzickou zátěží, na kterou nejsou zvyklí a kterou nemohou vzdát. Tím, že nemají telefon, tak

nezavolají domů, že chtějí skončit, musí vydržet a čelit všemu čelem. Tohle prostředí je dostává do diskomfortu a oni s tím musí poradit. I třeba spát v úplné tmě, kde jsou zvířata a plnit různé úkoly v přírodě, třeba něco v přírodě najít. Takže v konečném součtu jsou to dvě věci: Bytí v kontaktu s přírodou a úkoly, které v přírodě mají plnit.

15. Jak už jsem řekla, oni mají různé úkoly od nás, jako je třeba vytvoření novely či přírodní sochy a druhá část je samotný pobyt v přírodě.

16. Tady s těmito dětmi neděláme Solo, protože my na to příliš nemáme prostor. Ale typická reakce celkově na expedici je nejdříve, proč jsem tady, a proč nejsem schopný tohle zvládnout, takže přichází frustrace a pak se to pomalu uklidňuje. Hodně záleží na dítěti, někdy si to moc užívají, někdy si z toho dělají legraci, jiní jsou z toho vystrašení až hysteričtí.

17. +20. My právě na to máme vyhrazené ty další dny, kdy probíhá velmi intenzivní reflexe a feedback.

18. Ne. Samozřejmě tedy, že je to pro nás hodně náročné, i když se snažíme zůstat ve své zóně komfortu, tak máme velkou zodpovědnost za děti a musíme být pořád ve střehu a soustředit se na to, abychom stále měli dostatek energie. Po konci celého programu máme vždy ještě vlastní teamovou reflexi, kdy si děláme sebereflexi a teamovou sebereflexi. Tím si ten proces vždy ukončujeme a snažíme se to tím pustit. Hovoříme o tom, co jsme se z toho naučili atd..

21. My to hodně využíváme pro rozvoj našich dalších programů. Částečně také předáváme jejich zpětnou vazbu jejich učitelům, ale to jen pokud ji potřebují, a to jen do určité míry, protože ctíme skupinové tajemství. Takže pokud se objeví něco závažného, tak je nutné, abychom o tom informovali školu, ale jinak dáváme zpětnou vazbu jen na obecné rovině.

22. Nemyslím si. Myslím si, že vycházíme ze školské legislativy, ale nejsem si tím úplně jistá. Je to v podstatě vždy primárně preventivní program, tak nevím, jestli je to jen pod školskou legislativou.

23. Potom, co se vrátí zpět do své komfortní zóny, tak se cítí velmi dobře. Velmi často jsou na sebe opravdu hrdí a jsou překvapení, že to opravdu zvládli. Je to pro ně opravdu dobrý pocit a pak jej mohou použít pro jistotu vlastní síly.

ANOTACE

| | |
|--------------------------|-------------------------------------|
| Jméno a příjmení: | Bc. Tereza Houšková |
| Katedra: | Ústav speciálněpedagogických studií |
| Vedoucí práce: | Mgr. Michal Růžička, Ph.D. |
| Rok obhajoby: | 2016 |

| | |
|------------------------------------|--|
| Název práce: | Potenciál Wilderness therapy pro speciálně pedagogickou praxi etopedickou |
| Název v angličtině: | The potential of Wilderness therapy in the ethopedia special education practices |
| Anotace práce: | Práce se zabývá výzkumným šetřením na poli Wilderness therapy a jeho potenciálem pro českou speciálně pedagogickou praxi zaměřenou na mladistvé s rizikovým chováním. V teoretické části vysvětluje problematiku rizikového chování, vývoj mladistvých na bio-psycho-socio-sprituální úrovni a vymezuje teoretický význam wilderness therapy a jejích příbuzných disciplín. V praktické části práce využívá tři center ze tří různých zemí, které tento koncept ve své práci využívají, a tvoří z nich ucelený přehled o problematice. |
| Klíčová slova: | Terapie divočinou - Dobrodružná terapie - Zážitková pedagogika - rizikové chování - práce s rizikovou mládeží |
| Anotace v angličtině: | The thesis seeks to examine the potential of the Wilderness therapy as applied within the area of special education for youth at risk in the Czech Republic. The thesis is divided into two main parts – the theoretical and the research part. The theoretical part of the thesis starts with a background of the youth development within the bio-psycho-socio-spiritual framework and an introduction to the area of risk behaviour. Next, the theory of the wilderness therapy and related disciplines is provided. The research part of the thesis presents analysis of data collected in three different centres from free different countries, which use the wilderness therapy in their work. Finally, the findings are synthesised and discussed. |
| Klíčová slova v angličtině: | Wilderness therapy - Adventure therapy - Outdoor education - Youth at risk - Risk taking behavior - work with youth at risk |

| | |
|--------------------------------|--|
| Přílohy vázané v práci: | <p>Příloha č. 1: Schéma otázek pro pracovníky užívající wilderness terapii ve své práci</p> <p>Příloha č. 2: Rozhovory s dotazovanými</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wilderness foundation, (United Kingdom- England) 2. Enviros - Base camp, (Canada- Alberta) 3. Kettealapitvany- (Maďarsko) <p>Příloha č. 3: Rozhovory s dotazovanými (nepoužité ve výzkumu)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Human - Nature: Family Roots – Adventure Therapy Group (Canada, British Colubia) 2. Életrőlszólóélmény - (Maďarsko) |
| Rozsah práce: | 75 str. |
| Jazyk práce: | Český jazyk |