



Pedagogická  
fakulta  
Faculty  
of Education

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

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích  
Pedagogická fakulta  
Katedra pedagogiky a psychologie

Bakalářská práce

# Socializační aspekty metody Doprovázené pouti

Vypracoval: Ivana Kmochová  
Vedoucí práce: PhDr. Miroslav Procházka, Ph.D.

České Budějovice 2018

Ráda bych poděkovala vedoucímu své práce PhDr. Miroslavu Procházkovi, Ph.D. za odborné vedení této bakalářské práce, jeho ochotu, vstřícnost a cenné rady.

Další poděkování patří mé rodině a přátelům za jejich velkou podporu a toleranci po celou dobu studia.

V neposlední řadě patří velké poděkování informantům a všem účastníkům pouti za jejich spolupráci a důvěru.

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

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

Datum

Podpis studenta

## Anotace

Cílem bakalářské práce je vytvoření autorského projektu společné volnočasové aktivity pro osoby zdravé a osoby handicapované s využitím metody Doprovázené pouti. Evaluace celého projektu je sledována z pohledu socializace. Bakalářská práce mapuje, jak tato metoda působí na obě skupiny zúčastněných (zdravé i handicapované). Hledá odpovědi na otázky, jak změní společně prožitý čas pohled na druhé lidi i na sebe samé nebo zda je metoda vhodný způsob přirozené inkluze naší společnosti. Teoretická část vymezí pojmy jako socializace, označení handicap a jeho druhy, metoda doprovázená poutí. Praktická část obsahuje přípravu, realizaci projektu a jeho evaluaci. Shrnutí analýzy projektu přináší ucelený pohled na sociální potřeby a možnosti jejich naplnění prostřednictvím zkušenosti účastníků pouti.

Klíčová slova: socializace, handicap, sociální a duchovní potřeby obyvatel, doprovázená poutí.

## Annotation

The goal of this bachelor thesis was to create an original project of mutual leisure time activity for non-disabled and disabled people using the method of an Accompanied pilgrimage. The whole project has been evaluated based on socialization process. My thesis describes how this method effects both participating groups (non-disabled and disabled people) and if the time they spend together can change their view on each other or if this method is the way of natural inclusion of our society. The theoretical part describes terms such as socialization, handicap and its types and the accompanied pilgrimage method. Practical part consists of preparation, project realisation and its evaluation. Project analyses summary brings a complete view on social needs and the possibilities of their fulfilment based on experience of the pilgrimage participants.

Keywords: socialization, handicap, social and spiritual needs, accompanied pilgrimage.

# Obsah

Obsah .....	6
Úvod.....	7
1 Teoretická část .....	9
1.1 Socializace.....	9
1.1.1 Socializační funkce rodiny.....	10
1.1.2 Socializace společenská.....	11
1.1.3 Socializace osob s handicapem.....	12
1.1.4 Sociální a duchovní potřeby obyvatel.....	14
1.1.5 Integrace v rámci socializace.....	15
1.1.6 Osobnost a její vývoj v rámci socializace.....	18
1.2 Handicap .....	19
1.2.1 Sebepojetí postiženého člověka .....	20
1.2.2 Handicap vrozený .....	21
1.2.3 Handicap získaný.....	21
1.2.4 Handicap tělesný či smyslový.....	21
1.2.5 Handicap mentální .....	22
1.3 Metoda doprovázené pouti .....	24
1.3.1 Historie metody.....	24
1.3.2 Popis metody.....	25
1.3.3 Smysl a funkce metody.....	27
1.3.4 Element přírody .....	28
2 Praktická část .....	30
2.1 Přípravná fáze.....	30
2.1.1 Cíle.....	30
2.1.2 Výzkumné otázky .....	31
2.1.3 Teoretická východiska projektu.....	31
3 Realizační fáze .....	33
3.1 Cíle metody společné doprovázené pouti .....	33
3.2 Metodika skupinové pouti.....	33
3.2.1 Časový harmonogram .....	34
3.2.2 Technické a materiální zajištění .....	34
3.2.3 Průběh pouti.....	35
4 Evaluace.....	40
4.1 Cíle .....	40
4.2 Metody sběru dat.....	40
4.3 Metody vyhodnocení dat.....	41
4.4 Vyhodnocení projektu.....	41
Závěr .....	47
Doporučení pro praxi sociální pedagogiky .....	51
Seznam literatury .....	53
Seznam elektronických zdrojů.....	55
Seznam obrázků a tabulek s uvedením názvů .....	56
Seznam příloh .....	57

## Úvod

Pro volbu tématu mé bakalářské práce jsem se rozhodla na základě své osobní zkušenosti. Pohybuji se mezi lidmi s různým zdravotním handicapem a to především díky mé dnes již dospělé dceři, která má diagnostikovanou lehkou mentální retardaci. Prostřednictvím jí jsem se dostala do prostředí a společnosti lidí s různým stupněm handicapu od lehkého až po těžší formy.

Na příkladu své dcery jsem viděla, jak je důležité a zároveň těžké pro tyto lidi se sociálně začleňovat do zdravé veřejnosti. Vnímala jsem, jak po této socializaci touží, avšak jsou výrazně omezováni svými limity ať už v oblasti komunikace, nižší sebeobsluhy nebo tím, že nedokážou být dostatečně proaktivní. Zároveň jsem ve svém okolí vnímala, jak je i pro toto okolí cenné potkávat se s handicapovanými lidmi. Jednak pro to, aby se naučili společně být, jednak proto, aby pochopili, že tito lidé nejsou pouze ekonomická zátěž systému, ale také, že mohou přinést jisté obohacení lidských hodnot ať už pro svoji laskavost, srdečnost nebo inspiraci.

Následně jsem se setkala s metodou doprovázené pouti jako formou life koučinku. Metoda mě oslovila svojí jednoduchostí a zároveň hloubkou a svojí přirozeností, kterou jsem vnímala jako jakýsi návrat ke kořenům. Postupně ve mně začala zrást myšlenka propojit metodu doprovázené pouti s potřebou socializace osob s handicapem. Byla jsem si vědoma, že je zde důležitá osobnost průvodce, aby se celý proces zdařil.

Při tvorbě projektu společné doprovázené pouti jsem tedy čerpala z vlastních zkušeností s metodou a současně z potřeb lidí s handicapem i z potřeb zdravé veřejnosti, které jsem měla možnost poznat. Snažila jsem se projekt vytvořit a vést tak, aby opadl ostych, aby celý projekt byl prodchnut atmosférou důvěry a nastaven na společné objevování dalších možností společného a vzájemně přínosného bytí lidí zdravých a handicapovaných. Mojí vnitřní touhou bylo také objevit či více pochopit, jaký smysl mají ve společnosti lidé s handicapem, jakým jsou přínosem zdravé veřejnosti. Jsem přesvědčena, že tento přínos neseme každý z nás, ať už se potýkáme s čímkoliv. Pouze u lidí s handicapem to nemusí být patrné na první pohled.

Věřím, že i v této otázce se moje práce může stát inspirací pro další práci a objevování možností vzájemných lidských přínosů.



# 1 Teoretická část

## 1.1 Socializace

Socializace je charakterizována jako celoživotní proces, kdy se člověk učí žít ve svém sociálním prostředí a stává se tak jeho právoplatným členem. Jedná se o sociální učení, tedy učení v jistých sociálních podmínkách, situacích a interakcích. Člověk si osvojuje morální hodnoty a zvyklosti, formy jednání a chování, jazyk a kulturu daného prostředí. Úspěšná socializace vede k úspěšné sociabilitě, tedy schopnosti navazovat kontakty a tvořit vztahy s druhými lidmi. Jedná se o schopnost sociálně se učit. Funkční socializace je předpokladem nejen pro funkční společenský život, ale také pro rozvoj sebepojetí. Zpětná vazba od ostatních členů společnosti ovlivňuje tzv. sociální „já“ každého z nás a stejně tak každý jedinec svoji individualitou ovlivňuje kvalitu společnosti, ve které aktivně žije.

Dle Krause (2008) socializace není jen o zvládnání pravidel chování, ale také o společenské adaptaci, kdy člověk zaujímá sociální role a osvojuje si adaptační způsoby chování. V rámci socializace se musí naučit pracovat se svými vnitřními silami tak, aby mu byly ku prospěchu. S tím souvisí nalezení vlastní aktivní a smysluplné náplně života. V první polovině života jde především o pracovní uplatnění přinášející materiální zajištění a sociální status. Ve druhé polovině života však člověk hledá uplatnění, jež je pro něj smysluplné a dává mu hlubší uspokojení a naplnění.

Kraus dále hovoří o tzv. sociální kreativité jako o procesu aktivního uchopení životních situací a jejich konstruktivním pojetí. Mluví o pojetí situací tak, aby na nich člověk dále osobnostně rostl a konstruktivně je zpracovával.

Celoživotní socializace se opírá o tři základní roviny: rodinná, školní a profesní, společenská. Tématem této práce je především socializace společenská, nicméně je nutné zmínit i socializaci rodinnou, kterou popisuje následující kapitola.

Socializace má své fáze, a sice fázi přípravnou a realizační. V přípravné fázi si člověk osvojuje řeč a neverbální komunikační prostředky, zvnitřňuje hodnoty a normy, které jsou mu předkládány a přejímá společenské role. V realizační fázi již osobně přebírá sociální role a realizuje své chování ve vztahu k druhým.

Existují i další členění socializace podle základních životních stádií (Kraus, 2008): dětství, mládí, dospělost a stáří. Každá fáze se vyznačuje zaměřením člověka a jeho možnostmi v souladu s danou životní etapou. V této práci se budu zabývat fází dospělosti. Ve fázi dospělosti se člověk zaměřuje na pracovní uplatnění, rodinnou oblast a společenskou oblast.

Socializace probíhá vždy v rámci prostředí. Typy prostředí můžeme dělit z mnoha úhlů pohledu. Dle velikosti mluvíme o mikroprostředí, lokálním prostředí, regionálním prostředí a makroprostředí. Podle charakteru existuje prostředí přírodní, společenské a kulturní. Socializace v tomto bakalářském projektu se bude projevovat právě ve výše uvedených prostředích. Vlastně se zde všechna tato prostředí propojí.

- Přírodní prostředí – je tvořeno živou a neživou přírodou.
- Společenské prostředí – je tvořeno především mezilidskými vztahy uvnitř společnosti.
- Kulturní prostředí – je tvořeno všemi hmotnými a nehmotnými produkty lidské činnosti.

Dle Krause je určující rovina právě makroprostředí, protože celospolečenské poměry ovlivňují všechna další prostředí a propisují se do všech nižších typů.

### **1.1.1 Socializační funkce rodiny**

Rodina je základním prostředím, kde jedinec získává první informace o sobě a o světě. Vztah k rodičům je základním sociálním vztahem dítěte. Poprvé poznává mezilidské interakce. Rodičovský vztah a vztahy v primární rodině ovlivňují budování vlastní identity jedince. (Vágnerová, 2004). Efektivní socializace umožní dětem plynule přejít z rodinného prostředí do světa školy, později do zaměstnání a do nové rodiny. Významnou roli hraje fakt, jaká realita dítě obklopuje po stránce materiální, kulturní, ekonomické i psychologické. Na podprahové úrovni je zásadní klima, jež v rodině panuje (Procházka, 2012). Pro člověka jakkoliv handicapovaného je socializační funkce rodiny ještě mnohem významnější, než se jeví pro zdravého jedince. Jeho další životní perspektiva je ovlivněna tím, jak se rodina s handicapem vypořádá, jak jej přijme a jak s touto situací dále pracuje. Náhled na životní peripetie, kam patří právě

handicap, tvoří člověku významný odrazový můstek pro překonávání vlastních omezení spojených s konkrétním postižením a nalezením místa v životě.

### 1.1.2 Socializace společenská

Společenská socializace je proces odehrávající se skrze druhé lidi. Bez jejich přítomnosti a interakcí by nemohla vůbec proběhnout. Výzkumy, o které se opírá Pelikán (2004) ve svém díle *Výchova pro život*, ukazují, že člověk se neobejde bez sociálních kontaktů. Významnou roli hrají právě přátelské a kamarádské vztahy, se kterými nás pojí společné zájmy a přinášejí sounáležitost, potvrzení své hodnoty a místa ve společnosti. Od vztahů rodinných člověk očekává spíše materiální a emocionální podporu. Sociální vztahy mají navíc významný pozitivní podíl na redukci distresu, který se projevuje nespokojenou či neklidnou reakcí na drobné každodenní zátěže. V okamžiku, kdy člověk má kolem sebe lidi, kteří mu poskytnou duševní oporu, se pocit distresu snižuje. Rozhodující je, jak uvádí Pelikán, pocit „ *že jsem předmětem péče, ale také úcty nebo toho, že jsem vtažen do úzkých kontaktů s jinými lidmi, se kterými je mi dobře.*“ (Pelikán, 2004, str. 35).

Důležitá je také rozmanitost prostředí, ve kterém člověk může získávat sociální zkušenosti a návyky. Především diverzitní prostředí dává člověku jistý nadhled. Pokud se pohybuje pouze mezi lidmi se stejným založením jako on sám, stejnými zájmy a tudíž i podobnými předpoklady, je to jistě příjemné a získává pozitivní zpětnou vazbu. Člověk ale také potřebuje nalézt nadhled na životní situace a ten mu může dát diverzitní sociální prostředí. Jiný úhel pohledu, jak uvádí Pelikán (2004), umožňuje potřebný odstup od věcí. Život se stává pochopitelnějším a především se ztrácí obava z něčeho neznámého či nepříjemného. Právě tento nový úhel pohledu na život přináší např. společný čas s lidmi s postižením. Pelikán (2004) rovněž hovoří o nutnosti vytváření podmínek pro pozitivní zkušenosti. Setkání s lidmi s různým postižením při aktivní činnosti za podpory průvodce je jednou z možností, jak takové pozitivní zkušenosti vytvářet.

Má-li být socializace jedním ze základů šťastného života, pak právě to, jak vnímáme sama sebe, lidi, přírodu, svět, je zdrojem vnitřní pohody či nepohody. Zkušenost s lidmi s nepříznivým osudem je záležitost tak cenná a jedinečná, že ji nelze naučit žádnou formální metodou. Lze ji získat jen přirozeně a spontánně. Pelikán hovoří

o významných životních situacích, které se zapisují do podvědomí. Řadí sem narození, rodinu, vstup do školy, vstup do života a mnohé další, ale i situace naprosto individuální, které neprožije nikdo jiný a taková situace způsobí zvrát v životě člověka či pozmění jeho postoj ke světu i sobě samému. Právě diverzitivní sociální prostředí může být dobrým podnětem pro takovou změnu v postoji. Pelikán (2004) hovoří o tzv. referenčním rámci Ega. Jde o to, že nová situace má na člověka významný vliv právě tehdy, kdy nejen že ji racionálně pochopí, ale kdy na ni také emocionálně reaguje.

Autoři Kraus a Poláčková ve svém díle *Člověk, prostředí, výchova* (2001) zaměřují pozornost k problematice volného času s tím, že vzdělávání pro volný čas nabývá v současné době stále více na důležitosti. Opět ale nejde o formální učení, nýbrž o projekty zaměřené na zážitky a emoce, aktivity zvyšující osobnostní potenciál jedince. Autoři zmíněné publikace hovoří o výchově pro volný čas, která by měla zahrnovat mimo jiné výchovu ke spontaneitě a k sociabilitě. Uvádějí, že takové učení by se mělo odehrávat především na úrovni srdce a celého těla. Dávají důraz právě na spontaneitu a sociabilitu proto, že pozitivní výsledky mohou významně ovlivnit přijímání člověka druhými lidmi. Taková akceptace pak přispívá k životní pohodě a je předpokladem dalšího rozvoje osobnosti.

### **1.1.3 Socializace osob s handicapem**

Společenská socializace, ve které dojde k vytvoření funkčních sociálních vztahů založených na úctě a sounáležitosti, se jeví jako základna pro život člověka s postižením. Dává mu schopnost najít správný úhel pohledu na svůj handicap, který může pomoci při vyrovnávání se s různými těžkými situacemi, jež život přináší. Dobrá společenská socializace nejen osob s handicapem, ale platná obecně, vytváří podmínky pro to, aby se člověk chtěl zdokonalovat, pracovat na sobě a stával se tak ze subjektu objektem, jak vysvětluje Pelikán (2004). A právě tento moment vnímám jako velmi zásadní a cenný v rámci socializace postižených spoluobčanů.

Socializace osob s postižením se výrazně proměnila, podíváme-li se do historie. Vždy odráží hodnoty a normy konkrétní společnosti. Můžeme nahlédnout do středověku, kdy základní otázka byla přežití jedince a nezátížení celé společnosti. Následoval dlouhý vývoj až k předrevoluční době na přelomu tisíciletí. V té byli lidé s postižením akceptováni, byla jim poskytnuta patřičná péče, ale nebylo už tolik

zvykem, aby se stali běžnou součástí společnosti. Jejich působiště bylo ve specializovaných zařízeních v chráněných podmínkách. Jak uvádí Vágnerová (2004), pro vytvoření vztahu s postiženým člověkem je důležitý vývoj společnosti k toleranci a akceptaci odlišností.

Současné hodnoty společnosti, v nichž je kladen důraz na individualitu, napomáhají přijetí všelijakých odlišností. Vanier (2004) však říká, že „*stále neexistuje dostatečná synchronizace mezi společností a lidmi s postižením*“ (2004, str. 67). Naše společnost již přijímá postižené jedince jako běžnou součást společnosti, ale stále upřednostňuje silné a chytré. Vanier vnímá jako určité vědomí, že „*být člověkem znamená být silným*“ (2004, str. 67). Vychází ze svých zkušeností práce s lidmi s postižením a přináší poznání, že tam, kde se setkávají lidé zdraví a postižení, vzniká místo sounáležitosti. Toto místo pak nese strukturu a současně přijetí druhých s veškerými jejich odlišnostmi, což jde ruku v ruce s přijetím vlastních schopností i omezení, která rozhodně nemusí být jen jakýmsi viditelným handicapem. Význam sounáležitosti společného bytí lidí zdravých a handicapovaných Vanier vidí jak v růstu k nezávislosti jedněch, tak v naplnění přirozené potřeby altruismu druhých (2004).

Socializace osob s handicapem úzce souvisí s lidským altruismem. Jak píše Koukolík (2006), odlišnost lidské společnosti od jiných živočichů je právě v rozvinutí kooperace mezi geneticky nepříbuznými jedinci. U zvířat je toto vázáno jen na geneticky příbuzné členy druhu. Člověku je tedy přirozené rozvíjet svůj altruismus. O altruismu můžeme hovořit tehdy, pokud činnost není motivována žádným, ani psychologickým ziskem. Koukolík v tomto smyslu odkazuje na Simoina, který mluví o altruismu jako o jednání, jež zvyšuje biologickou zdatnost dalších členů skupiny naproti zdatnosti vlastní. Ovšem neznamená to, že každé altruistické chování je na úkor sebe sama. Jde o vedlejší produkt docility. Docilitou je rozuměna vnímavost a schopnost aktivního učení. Podle Koukolíka vychází Simoin ze sociálního učení, kdy se člověk učí jednak dovednosti a jednak vzorce chování. Jedinec pak přijímá altruistické chování, které vidí ve skupině, jako přirozenou součást, aniž by jej nějak racionálně zkoumal. Koukolík dále hovoří o sociální směně jako spolupráci za účelem vzájemného prospěchu. Psychologický efekt altruismu v sobě též nese prospěch, byť neměřitelný. Stává se tak vlastně produktem sociální směny.

#### 1.1.4 Sociální a duchovní potřeby obyvatel

Prostředí člověka dle Krause (2001) zahrnuje vedle hmotných předmětů, tedy celého materiálního systému, také systém duchovní. Duchovním systémem rozumíme vědu, umění, morálku, víru, osobní hodnoty apod. Prostředí je systémem podnětů, který jedince formuje a evokuje psychické reakce. Jde o objektivní realitu člověka.

Dříve byl člověk obklopen universem, které mělo svůj řád, svoji hierarchii. Jedinec v něm znal své místo. Jelikož vše bylo v souladu s jakýmsi širším řádem, přinášelo toto vědomí klid a přijetí. V současné době globality a mnoha možností, nespočetného množství pravd a názorů se jedinec občas trochu ztrácí a ztrácí svoji pevnou půdu pod nohama. O to více je zřetelná potřeba vyšších duchovních principů a hodnot, která dává tolik potřebný pocit „někam patřit“, „ztotožnit se s určitým světonázorem“.

Kraus uvádí (2001, str. 175), že se dokonce ukazuje podstatná dimenze současnosti „*ohled k jedinečnému, odlišnému*“. Charakterizuje současnou dobu jako udržování rovnováhy mezi aspektem jedinečným a globálním. Říká, že toto udržování je posláním každého z nás.

Z tohoto principu vychází i známá Maslowova pyramida – obecně naše společnost již naplnila materiální potřeby a potřeby bezpečí a tak přichází na řadu lidské metapotřeby. Tento trend je viditelný jak v oblasti osobního rozvoje jedince, tak v oblasti firemního vzdělávání. Současná psychologie již vnímá duševní zdraví člověka jako vyvážené složky zdraví fyzického, psychického, sociálního a duchovního.

Křivohlavý (2009) hovoří o individuální dimenzi spirituality každého člověka. Spiritualitou označuje něco, co je člověku posvátné, co ho tzv. přesahuje. Ono „něco“ přesahuje lidské vědění a prostředky k dosažení cílů. Člověk vnímá, že jej ovlivňuje i cosi mimo oblast vědění a poznání. Moudrost z pohledu duchovních potřeb chápe jako schopnost rozlišit, co je pro jednotlivce dobré a co ne, co odpovídá jeho založení a co se s individualitou člověka rozhodně rozchází. Moudré je pak takové konání, které bere v potaz tyto aspekty a dokáže následně zasadit nové poznatky do nového způsobu života.

### 1.1.5 Integrace v rámci socializace

Integrace je charakterizována jako proces sjednocení, začlenění, zapojení, splynutí a spojování ve vyšší celek. Tento pojem je dlouhodobě skloňován především v oblasti začleňování a zkvalitňování života osob se zdravotním postižením. Může se jednat o integraci školní, pracovní či společenskou. Vždy můžeme mluvit o integraci širší, tedy obecné začlenění lidí se znevýhodněním do majoritní společnosti. Nebo o integraci dílčí, která se zabývá specifickou oblastí života – sport, zaměstnání, vzdělávání apod. Všechny tyto termíny se úzce prolínají a pro veřejnost jejich význam téměř splývá. Tato práce se zabývá tzv. širší integrací na úrovni volnočasového sociálního začleňování. Ve společnosti lze vnímat shodu v tom, že integrace je potřebná, avšak názory na způsob, jakým integrovat, se různí.

Šelner (2012) píše ve svém díle *Fenomén člověk s postižením* o mnoha nedorozuměních, která s sebou nesou tzv. principy normality. Tyto principy vnímá jako nástroj působící na společnost jak v souvislosti s lidmi s postižením, tak s lidmi jiného etnika, v tíživých situacích apod. Jedno z nedorozumění, o kterých se zmiňuje, je, že lidi s postižením nelze normalizovat, tedy že člověk s postižením převezme životní styl lidí nepostižených. Šelner říká, že princip normality rozhodně neznamená být jako ostatní. Podobně hovoří o dalším nedorozumění, které považuje princip normality za skandinávskou raritu v českých podmínkách nepoužitelnou. Říká, že je nutné přijmout historický kontext země. Tím však nevylučuje vytvoření autentické strategie, jak lidem s postižením napomoci k životní realizaci a ke statusu právoplatných členů společnosti. Za hlavní myšlenku inkluze považuje být společně, ne vedle sebe, s tím, že různorodost je plně akceptována jako běžná přirozenost společnosti.

Integrace dle Švarcové (2006) ukazuje postoj společnosti k handicapovaným, který vytváří optimální podmínky pro jejich začlenění do běžného života. Tyto podmínky označují běžný život. To znamená rozvíjet svoji zájmovou činnost, mít přátele a soukromý život, připravovat se na určité povolání a v dospělosti odpovídající zaměstnání vykonávat. Jak zmiňuje Švarcová, Listina základních práv a svobod respektuje lidskou důstojnost a práva každého občana bez ohledu na postižení. Integrace lidí s postižením je výrazně ovlivněna psychologickými aspekty každého jedince. Lidé s postižením se odlišují svými zvláštnostmi viditelnými a skrytými. Obecně, jak uvádí

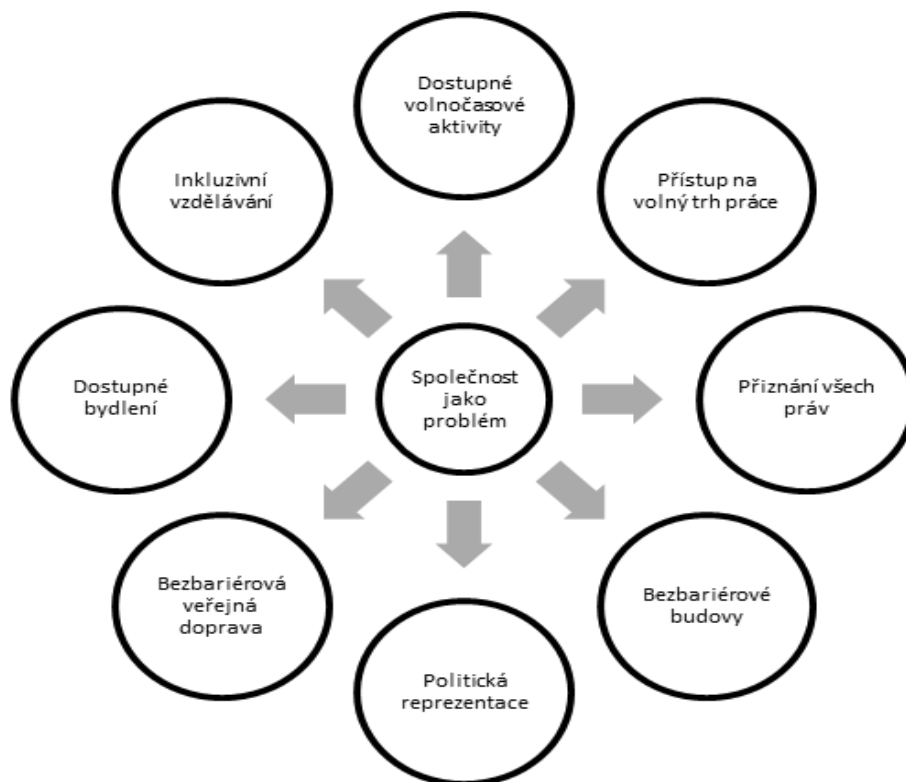
Švarcová, mají silnější potřebu citových vazeb a opory. Mají výraznější potřebu někam patřit. Problémy s sebou může nést to, jak člověk a jeho nejbližší dané postižení prožívají a přijímají.

Potřebu někam patřit popisuje i Koukolík (2006) a hovoří o tzv. sociální bolesti. Upřesňuje tento pojem jako stresující zkušenost, která vychází ze vzdalování se blízkým lidem či sociální skupině. Opírá své poznatky o vědecké výzkumy sledující mozková centra při bolesti fyzické a bolesti sociální. Výsledkem je zjištění, že tělesná bolest ještě více aktivuje prožívání bolesti sociální. Vysvětluje v této souvislosti důležitost sociální podpory při léčení či prožívání fyzické bolesti. Tedy v přeneseném slova smyslu má socializace vliv i na tělesné handicapy člověka.

Pančocha (2013) rozebírá druhy postižení z různých úhlů pohledu a mimo jiné se zmiňuje o sociálním modelu postižení. Tento model zohledňuje systémové bariéry, negativní postoje většinové společnosti a sociální exkluzi. Pozornost z kategorie individuálního postižení přesouvá k bariérám, které lidem s handicapem staví společnost sama. Model sociálního postižení pochází od Olivera a Pančocha ho představuje jako základní předpoklad inkluze. Sociální model v Pančochově podání je významný tím, že vychází z myšlenek lidí s postižením, kteří se začali hlásit o svá práva. Tento model nevnímá postižení jako odchylku od normy, ale naopak přijímá nové paradigma postižení jako běžnou součást různorodého lidského druhu.



**Obrázek č. 1: Sociální model dle Pančochy (2013)**



*Zdroj: Pančochy (2013)*

### 1.1.6 Osobnost a její vývoj v rámci socializace

V definici pojmu osobnost se často uvádí souhrn charakteru, temperamentu, schopností a vlastností člověka. Člověk je vždy tvořen jako bio-psycho-sociální celek (Cakirpaloglu, 2012). Podle Eysencka je osobnost jako „*souhrn skutečných a potencionálních vzorů chování*“. Podle Cakirpaloglu je každý jedinec výsledkem procesu socializace. Zkušenosti, které osobnost získává v průběhu socializace, mají výrazný vliv na její prosociální, antisociální nebo asociální chování. Cakirpaloglu hovoří o sociálně-kognitivní teorii osobnosti. Základem této teorie je vzájemné ovlivňování člověka a okolních situací, přičemž tento proces je značně ovlivněn kognitivními schopnostmi a emoční inteligencí jedince. Carkipaloglu říká, že sociálně-kognitivní teorie zdůraznila význam sociálního prožívání jedince.

Smékal (2004) spatřuje vývoj osobnosti jako cestu z prostředí přírody do prostředí společnosti. Popisuje vývoj člověka z hlediska mnoha různých představitelů psychologie se závěrem, že míru ovlivnění jednotlivými událostmi je možné v plné šíři vidět až na sklonku života, kdy se poskládají jednotlivé události do celku života. Bezpochyby jsou zásadní vývojové krize a jejich zvládnutí či nezvládnutí, stejně tak vyhrocené životní situace. Smékal dokonce hovoří o vývoji osobnosti jako o souhrnu prožitků a činů vyvolanými z vnějšku a ovlivněnými vnitřním nastavením jedince. Variabilní vlivy prostředí, které utvářejí kognitivní procesy a charakter osobnosti, připisuje především sociálnímu učení. Právě sociální učení vnímá jako nejvýraznější formu učení v dospělém věku. Smékal se opírá o výzkumy Majorova a Viržikova ve dvacátých letech 20. století a vyvozuje, že prostředí prosociální, respektující a podnětné může mít za následek zvětšení mozkové kůry.

Nakonečný se zabývá motivací prosociálního chování (1996). Píše o nutnosti sociálního kontaktu s rozličnými jedinci právě proto, že člověk téměř všechny své potřeby uspokojuje prostřednictvím interakcí s druhými lidmi. Sociální kontakt pak může mít podobu přátelství, lásky, pracovní či zájmové interakce. Nakonečný popisuje souvislost socializace s motivy výkonu osobnosti. Člověk je sociálně žijící živočich a potřeba sociálního kontaktu je pro něj jednou z nejdůležitějších.

Křivohlavý (2009) mluví o vývoji osobnosti směrem k moudrosti člověka. Dává moudrost do spojitosti s obtížnými životními situacemi, které člověka formují. Vidí

následně jedince, který se něčemu naučil v interakci s druhými lidmi, sdílí své zkušenosti a uvažuje v širších souvislostech. Moudrost tedy jde ruku v ruce se zráním osobnosti. Popisuje zrání osobnosti z pohledu dvou druhů procesu. Jednak je to osobní zrání člověka a jednak zrání člověka ve vztahu k vnějším podmínkám. Vnější podmínky člověku vytváří socializace. Zralá osobnost se vyznačuje jednak schopností respektovat druhého člověka a jednak v naplnění pojmu sociální „já“ jako nalézání harmonie ve vztazích s druhými lidmi. Křivohlavý dochází ke zjištění, že moudrost je ovlivnitelná výchovou. Opírá se mimo jiné o zjištění, že sociální aktivity mají vliv na rozvoj moudrosti člověka. Vývoj člověka k moudrosti Křivohlavý v závěru svého díla spatřuje v nalezení smyslu života a jeho realizace skrze sebe k prospěchu svému i prospěchu druhých lidí. Tedy, zda se konkrétní život podařil a zda to byl život dobrý.

## 1.2 Handicap

Handicap obecně označuje zdravotní znevýhodnění a míru jeho zvládnutí. Přičemž zdravotní znevýhodnění je ztráta nebo postižení orgánového systému. Zahrnuje primární postižení, např. ztrátu končetiny, a sekundární faktory, tedy psychologické faktory, které působí skrze prostředí a osobnost jedince. Vágnerová (2004) však uvádí ještě jiný pohled na toto označení. Vychází z anglického spojení „hand in cap“, tedy ruka v klobouku. V tomto spojení jde o vylosování větší zátěže pro trénovanější koně. Přeneseně tedy určuje i větší zátěž lidí v důsledku nějakého onemocnění či vady.

Míra postižení je vždy závislá na subjektivním vnímání jedince a na jeho prožívání. Vždy jde o náročnou životní situaci a může nést řadu frustrací. Nicméně způsob, jakým ovlivní osobnost jako celek, tedy dispozice, způsoby a vzorce chování, je naprosto individuální a zásadním způsobem se podepisuje na sebepojetí. Vágnerová hovoří o otevřeném příběhu. Jde vlastně o přístup k vlastnímu postižení. Znamená to nedávat pozornost pouze na to, co nefunguje, co chybí, ale věnovat pozornost tomu, jak postižený člověk své omezení interpretuje, co tím říká a jaký nachází smysl.

Vlastní zpracování handicapu se odvíjí od technik, kterými se člověk obecně vyrovnává s jakoukoliv zátěžovou situací, nemusí jít přímo o handicap.

Tyto techniky se dají rozdělit na techniky aktivního řešení a únikové techniky. Vliv na zvolení určité techniky má dle Vágnerové nejvíce sociální učení. V sociálním

učení jedinec přejímá postoje, názory, způsoby řešení. Zároveň dostává zpětnou vazbu od okolí a vyhodnocuje, které techniky jsou pro něj úspěšné a které nikoliv.

Techniky aktivního řešení zahrnují vše, čím jedinec sám iniciuje akci, ať v negativním či pozitivním slova smyslu. Patří sem agresivní řešení fyzické i verbální. Může jít o škálu od nadávek až po běžné škádlení. Dále do této kategorie řadíme upoutávání pozornosti, především u deprivovaných jedinců. Následuje negativismus, hledání viníka, identifikace se silnější osobností a kompenzace. Kompenzace je technika, kdy jedinec vyrovnává své postižení zvýšeným výkonem v jiné oblasti.

Únikové techniky lze charakterizovat jako techniky pasivní. Do této škály patří přímý únik, jako záškoláctví či alkohol a drogy nebo denní snění. Dalším únikovým řešením jsou únik do nemoci, racionalizace, popření a potlačení nebo regrese jako návrat na nižší vývojovou úroveň, často takovou, kdy se jedinec ještě cítil bez obtíží.

### **1.2.1 Sebepojetí postiženého člověka**

Sebepojetí je vždy souhrnem obrazu sebe sama a odrazu okolního světa. Zahrnuje hodnocení vlastní osobnosti po stránce fyzické a po stránce vlastních možností a schopností. Sebehodnocení vychází ze získaných zkušeností a je zásadní, zda se postižený jedinec se svým handicapem narodil či jej získal v průběhu života. Prvopočátek sebehodnocení samozřejmě zakládá rodina. Dále je zde podíl školy či zařízení, ve kterém člověk tráví svůj čas. Významně sebepojetí utvářejí sociální role. V oblasti sociálních rolí už lze vidět rozdíly v tom, zda člověk na sebe přímo vezme roli postiženého nebo roli člověka, který je v určitých věcech omezen, ale nezaměřuje se na prožívání své závislosti a pomoci od druhých. Velký význam má fakt, o jaký druh postižení se jedná. Člověk s mentálním postižením má často nereálné představy o svých možnostech a zároveň u něj nebývá rozvinutá motivace a vůle, které by ho vedly k nějakým cílům. Sebepojetí takového člověka je často nepřesné a neadekvátní.

V oblasti sebepojetí se ovšem otevírají možnosti kladného působení na vývoj osobnosti. Důvodem je fakt, že sebepojetí závisí mimo jiné právě na vnějším působení a řadě sociálních faktorů. Pozitivním ovlivňováním v tomto směru je možné dosáhnout hmatatelných výsledků (Vágnerová, 2004).

### **1.2.2 Handicap vrozený**

Vrozený handicap omezuje člověka od samého počátku v jeho dalším vývoji. Výrazně redukuje možnosti pro růst osobnosti, mění sociální klima rodiny a přináší výraznou zátěž jak pro jedince samotného, tak pro všechny z jeho blízkého okolí. Helus (2011) hovoří o tzv. bazální zkušenosti. Zároveň však, jak uvádí Vágnerová (2004), jedinec s vrozeným postižením prožívá snadnější adaptaci s touto situací a další složky osobnosti se často vyvíjejí kompenzačně. Vágnerová uvádí příklady výborného sluchu u zrakově postižených osob.

### **1.2.3 Handicap získaný**

Získaný handicap člověk získává v průběhu života často jako důsledek vážného onemocnění či úrazu. Postižení má menší vliv na rozvoj funkcí osobnosti před získáním handicapu, ale je daleko větší zátěží v rámci dalšího vývoje osobnosti. Doba získání handicapu se jeví jako zásadní pro jeho přijetí a vznik dalších potíží. Jedinec v době získání handicapu musí projít fází přijetí nové identity a z ní vyplývající přizpůsobení se novým možnostem a leckdy i novému životnímu stylu. Dle Vágnerové (2004) je významná skutečnost, že jde o člověka, který se určitou dobu vyvíjel běžným způsobem a již měl vytvořenou určitou identitu a funkční sociální vztahy. Takový člověk po prožití první fáze šoku až po fázi smíření má tzv. na čem stavět, kde navázat. Podařilo se mu přijmout novou situaci realisticky a rozvíjet své nové možnosti, nemusí dojít k větším změnám ve struktuře osobnosti. Je tu ovšem riziko, že zvláště v emočně náročných situacích, se šok ze získaného handicapu objeví znovu či, že k úplnému přijetí vůbec nedojde. Vágnerová hovoří o tom, že častější jsou takové reakce, kdy jejich důsledkem je vznik specifických rysů osobnosti, v extrémních případech i sebevražedné pokusy. Významný vliv spatřuje ve vztahu postiženého k okolnímu světu.

### **1.2.4 Handicap tělesný či smyslový**

Tělesné postižení je nápadné a viditelné na první pohled. Jedná se o ztrátu nebo postižení funkce některé části těla. Tělesná deformace má zásadní vliv na sebehodnocení a má velký sociální význam. Omezuje člověka v samostatnosti, soběstačnosti, nezávislosti a získávání zkušeností. Vzniká geneticky, na úrovni

perinatálního či postnatálního poškození, jako následek úrazu či degenerativního onemocnění. Jedná se o funkční a estetické omezení plnohodnotného života.

Smyslové postižení nese omezení či ztrátu plné funkce smyslového orgánu. Do této kategorie řadíme postižení sluchu, řeči nebo zrakové postižení. Člověka takový druh postižení automaticky předurčuje k pomoci od druhých v oblastech, které jsou pro něj viditelně omezující. Zároveň je možná relativně dobrá kompenzace postižených smyslů. Lidé se zrakovým postižením často kompenzují svůj handicap výraznějším rozvinutím hmatu či sluchu. Dle Vágnerové (2004) se jedná o sociálně nejméně odmítanou skupinu. Postižení řeči s sebou nese poměrně problematickou socializaci v důsledku zhoršené schopnosti komunikace. Všechny smyslové handicapy se dají kompenzovat mnoha zdravotními pomůckami a zprostředkovat tak člověku plnohodnotnější život.

### **1.2.5 Handicap mentální**

Mentální postižení tvoří jednu z nejpočetnějších skupin mezi zdravotně postiženými lidmi. Za mentálně postiženého podle Švarcové (2006) je považován člověk, „u kterého dochází k zaostávání vývoje rozumových schopností, k odlišnému vývoji některých psychických vlastností a k poruchám v adaptačním chování.“ (str. 28). Jako příčina mentálního postižení je uváděno organické poškození mozku. Mentální postižení je vždy trvalé snížení rozumových schopností. Současná psychologie (Švarcová, 2006) již pracuje s tím, že lidé s mentálním postižením mají sice omezené kognitivní procesy, ale jejich psychika v sobě ukrývá řadu specifických vloh, často výrazně rozvinutou empatii, intuici či kreativitu. Ukazuje se, že jejich potenciál, pokud je podporován, je možné dále rozvíjet. Mohou růst jinak, než průměrný člověk. Omezení rozumových schopností je možné kompenzovat rozvinutím jiných kvalit člověka. Podobně Vanier (2004) vyzdvihuje obdarování lidí s mentálním postižením v oblasti vztahové.

Mentální retardace je stále posuzována podle následující klasifikace:

**Tabulka č. 1: : Klasifikace IQ podle Wechslera (Švarcová, 2006)**

IQ	Klasifikace inteligence	Procenta v populaci
130 a výše	Značně nadprůměrná	2,2
120 – 129	Nadprůměrná	6,7
110 – 119	Mírně nadprůměrná	16,1
90 – 109	Průměrná	50,0
80 – 89	Podprůměrná	16,1
70 – 79	Hraniční inferiorita	6,7
69 a níže	Mentální retardace	2,2

*Zdroj: (Švarcová, 2006)*

## **1.3 Metoda doprovázené pouti**

S metodou doprovázené pouti jsem se setkala v rámci aktivit osobního rozvoje a sebepoznání. V České republice ji začal provozovat RNDr. Jan Bím jako jednu z metod life koučinku ([www.janbim.cz](http://www.janbim.cz)). Cílovou skupinou jsou lidé v období životního zlomu, lidé hledající další směr a naplnění života, lidé s potřebou zastavení se a zrevidování svého dosavadního života, lidé ohrožení syndromem vyhoření a především lidé, kteří chtějí pracovat na svém vlastním růstu a chtějí prozkoumat více sama sebe a souvislosti svého života. Klienty jsou často lidé na středních a vyšších pozicích, kteří již dosáhli materiálního a kariérního uspokojení a hledají další možnosti naplnění života. Rovněž jsou klienty lidé, kteří se snaží odrazit od pomyslného dna a nastartovat svůj život správným směrem. V této podobě se praktikuje doprovázená pout' jako individuální záležitost, tedy klient a průvodce. V rámci putování přírodou probíhá polostrukturovaný rozhovor, aktivní naslouchání a reflektování. To, co metodu odlišuje od běžného koučinku, je vnímání jistého přesahu člověku a zrcadlení přírody v návaznosti na sdílené téma. Přesahem nebo spiritualitou se zabývá Křivohlavý (2009) a vnímá tento termín jako něco, co nelze definovat v rámci lidského poznání a vědění, přesto člověk vnímá, že jej ovlivňuje i něco jiného, než jen lidské vědění. Fyzický pohyb během celého procesu uvolňuje svalové napětí a postupně se tak uvolňují mentální a duševní procesy. Člověk hlouběji dýchá, čímž dochází k většímu okysličení mozku.

### **1.3.1 Historie metody**

Historie metody pochází z dávných dob, kdy lidé putovali na různá místa náboženských rituálů či jiná významná místa, která cítili jako energeticky silná. Tato místa jim sloužila pro rozmlouvání s božstvy či hledání odpovědí na otázky životní vize. Dodnes domorodé kmeny praktikují osamělé pobyty v přírodě jako přechodové rituály ať už do dospělosti nebo do jiných období života. Plotkin (2011), píše o putování přírodou jako o prastaré technice sebepoznání a osobní transformace. Uvádí, že chůze přírodou se v současnosti ukazuje pravděpodobně jako nejzásadnější technika přirozené očisty a základ psychohygieny pro lidi západní kultury. Západní způsob života přivedl současnou společnost do neustálého plnění úkolů, do měst a kanceláří a do virtuální



reality. Dle Plotkina souběžně narostl počet civilizačních chorob, depresí a úzkostných poruch. Jako jednu z příčin vidí právě v odloučení člověka od přirozeného přírodního prostředí a odloučení od sebe sama. Je důležité podotknout, že pout' krajinou vůbec nemusí mít konkrétní cíl, kam je třeba dojít ani cíl vykonání nějakého rituálu. Nejdůležitější na celé metodě je samotná cesta. RNDr. Bím na svých webových stránkách ([www.janbim.cz](http://www.janbim.cz)) píše, že při své práci horského průvodce si všiml, jak se mění vnímání člověka při delší chůzi krajinou. Dochází k přerušení denní rutiny, k postupnému zklidnění a vyprázdnění mysli. Člověk stále více vnímá okolní krajinu, sleduje, kam šlápnout, případně kde si odpočinout nebo se najíst. Po dobu cesty jeho mysl řeší otázky uspokojení základních lidských potřeb. Získává tak odstup od svých pracovních a životních peripetií.

### **1.3.2 Popis metody**

Metoda doprovázené pouti ve své podstatě navazuje na systemický přístup ke klientovi. Tedy přístup, kdy je na problém nahlíženo v systému dalších možných spojitostí a problémů, které se vzájemně ovlivňují. Poté lze s klientem, jak uvádí Úlehla (1999) pracovat základními metodami pomoci. Doprovázení, vzdělávání, poradenství a terapie. V této práci se zaměřím na doprovázení. Pracovník, v našem případě průvodce, nabízí klientovi společné bytí, poskytuje mu podporu, aktivně naslouchá a plně akceptuje. Doprovázení je metoda rogersovské terapie, jejíž silný terapeutický účinek je daný právě akceptací. Klienta nikdo neodsuzuje ani nehodnotí. Plná akceptace vytváří atmosféru důvěry a plné emoční podpory. Metoda doprovázení vychází z toho, že klient je expert na svůj život. Toto je zřetelné především v individuální doprovázené pouti. Role průvodce spočívá ve vytváření podpůrného prostředí, v důvěře a ve vhodném kladení otázek. Těmito cílenými otázkami se průvodce snaží klienta dovést k podstatě problému, k tomu, co je slyšet za slovy. V zásadních momentech upozorňuje na obrazy přírody, které napomáhají pochopení či zrcadlí sdílený příběh.

Společná doprovázená pout' využívá pedagogizace prostředí. Intervenuje do prostředí přírody jako do výchovného prostředí. Využívá podnětů přírody i jejího harmonizačního vlivu na člověka. Využívá optiky volného prostředí, kdy člověk dochází k přirozenému uvolnění sebe sama, aniž by o to cíleně usiloval. O vlivu pedagogizace prostředí píše Kraus v souvislosti s mnoha příklady z praxe

(2001, str. 108-109). Pedagogizace tak probíhá jak na úrovni prostorové – příroda, tak na úrovni věcné – společenský element.

Celá metoda také pracuje na úrovni pojmu životní situace. Situace, jak uvádí Kraus (2014), je souhrn jevů, osob a vztahů mezi nimi, které se vyskytují v určitém místě a v určitém čase. Každá životní situace má i jistý pedagogický efekt. Ovlivňuje vnímání okolí a formování osobnosti, působí na utváření postojů a hodnot, působí jako zkušenost pro reakce v dalších podobných situacích. Doprovázená pouť zprostředkovává člověku životní situaci sociální, skupinovou a interpersonální. Na pozadí socializačního procesu často probíhá mnoho individuálních prožitků, které by člověk nepoznal, kdyby byl sám. Nepoznal by je proto, že by byl primárně soustředěný na sebe. Společnost druhých lidí mu nabízí jakési zrcadlo a přirozené empatické naladění nejen na sebe sama, ale i na druhé. To, co odlišuje pouť od běžné turistiky, je několik základních aspektů. Jedním z nich je osobnost průvodce. Průvodce zde má roli toho, kdo podporuje a drží záměr celé pouti. Skupinka tento záměr identifikuje na začátku setkání při úvodním seznamovacím kruhu. Při následném putování krajinou dochází ke vzájemnému poznávání. Lidé si mezi sebou povídají, sdílejí své příběhy, sbírají zkušenosti. Ve vhodné chvíli vstoupí průvodce a upozorní na aktuální synchronicitu přírody, ukáže na obraz konkrétní situace v přírodě či vnese nějakou techniku vedoucí k ponoření se více do sebe. Následně rozebere a vyhodnotí sdílené prožitky.

Průvodce celý proces stmeluje, přináší do něj různé techniky práce se skupinou či s jednotlivcem, upozorňuje na zásadní momenty, vnímá dění „za slovy“ a „za situacemi“ a drží rámeček celé pouti. Bez přítomnosti průvodce by se jednalo opravdu o běžnou turistickou vycházku.

Metoda staví na emocionálně silném prožitku, na vnímání kontaktu s přírodním prostředím, na zážitku spolupráce a interakce s druhými, na poznání příběhů jiných lidí. Smyslem je průběh, celý proces odehrávající se během dne, ne splnění jakéhosi cíle. Vanier (2004), hovoří o tom, že porozumět druhému člověku můžeme plně teprve tehdy, jestliže ho poznáme skrze jeho příběh, skrze osobní setkání. Aspekt příběhu i osobního setkání prostupuje doprovázenou poutí. Efektivní je celý proces právě proto, že se vše děje přirozenou cestou. Je v pořádku se plně účastnit a je v pořádku jen pozorovat. Tím, že se vše odehrává v přírodě, není člověk vystaven tlaku typu „měl

bych něco říci, měl bych něco udělat apod.“. Společnost druhých lidí spontánně vypráví příběh. Kdykoliv, když vyprávíme příběh, dotýkáme se navzájem srdcem, upozorňuje Varnier. Když vyprávíme teorie, dotýkáme se rozumu, inteligence. Naše paměť si snáze a dlouhodobě uchovává vjemy a informace, jež spojují dotknutí se srdce a mysli společně. Společná pouť vypráví společný příběh. Současně se někde vzadu odehrává individuální příběh každého.

### **1.3.3 Smysl a funkce metody**

Smysl metody Doprovázené pouti v rámci socializace spočívá především v přirozené a nenásilné formě setkání. Skupinka lidí se vydá na pouť krajinou. Při chůzi v přírodě není příliš prostor sledovat, kdo má jaký handicap a zda vůbec nějaký. Skupinku drží v soudržnosti průvodce svým slovem a vedením. Úvodní seznamovací kruh nastolí téma pouti. Je možné využít inspirační či motivační karty, krátkou meditaci či kruhovou komunikaci. Průvodce pak v průběhu pouti upozorňuje na obrazy v krajině korespondující se záměrem pouti. Sleduje a zvědomuje dění mezi účastníky. Dává podněty k zastavení, zamyšlení a sdílení prožitků. Účastníci se mezi sebou setkávají a povídají si, což je nejdůležitější aspekt společné pouti. Poznávat své osobní příběhy a zkušenosti. Vzniká tak příležitost pro odbourání předsudků či ostychu vůči lidem s handicapem. Zároveň pro lidi s handicapem, kteří většinu života tráví ve své rodině či stacionáři, se otevírá jedinečná příležitost stát se součástí diverzitní skupinky lidí a poznávat životní témata, se kterými se osobně setkávají spíše sporadicky, např. pracovní témata. Druhou možností je, že se sami stávají inspirací, jak zvládnout různé těžké životní situace ať už čistě zdravotního charakteru, tak i charakteru lidské vůle a odhodlání. Celý proces chůze krajinou má zároveň uvolňující účinek. Funkce metody spočívají v jejím fyzickém pohybu, v přirozeném socializačním procesu a v inspiraci životními prožitky ostatních účastníků pouti. Jde o skupinky, kdy se mezi sebou lidé většinou neznají. Celý proces tak funguje na dvou rovinách. Rovina racia, kdy člověk poslouchá vedení průvodce. Tříbí si tak myšlenky novými poznatky z oblasti psychologie, sebepoznání a poznatky o krajině. Druhá rovina je emoční paměť. Účastníci vše osobně prožívají, situace se jich emočně dotýkají, mají prostor poznat některé relaxační či meditační techniky. Toto vše se ukládá do emoční paměti člověka.

### 1.3.4 Element přírody

Příroda vstupuje do procesu doprovázené pouti jako prvek harmonizační a léčivý, zároveň jako prvek zrcadlící vnitřní krajinu člověka. Plotkin (2012, str. 398) chápe přírodu jako synonymum pro svět. Zároveň vnímá kontext člověka s přírodou jako vzájemně závislý skupinový vztah. Pout' přírodou přirovnává k pouti poznání sebe sama. Zdůrazňuje, že člověk pochází z přírody a jeho duše je tak pevnou součástí přírody. V této souvislosti považuje studium lidské duše v pojetí celistvé psychologie za nutné posuzovat jako eko-hlubinnou psychologii. Důležitost přírodního elementu pro vývoj člověka Plotkin zmiňuje již v raném dětském věku, kdy dítě mající možnost hrát si v přírodě přijímá do své identity vědomí, že je součástí celku a že je jako takové přijímáno a že může přírodnímu prostředí důvěřovat. Odkazuje na vyprávění příběhů zasazených do přírody, jejichž prostřednictvím děti poznávají spojitost s tímto světem. Zásadní význam přírody pro vývoj člověka Plotkin podpírá výzkumy, ve kterých byly zjištěny některé symptomy pramenící z nedostatku přírody. Zmiňuje termín „*porucha nedostatku přírody*“ (nature-deficit disorder), jejímiž důsledky jsou poruchy pozornosti, obezita, otupování smyslů a hyperaktivita. Uvádí, že pravidelná volná hra v přírodě zlepšuje koncentraci, koordinaci a kreativitu. Hovoří o přírodní terapii. Zmiňuje nutnost spojenectví s přírodou s tím, že ani nejdělejší rodina není pro dítě dostačující, pokud dítě necítí sounáležitost s okolním přírodním světem. V díle je informace o indiánských kmenech, které využívají stromy jako promítací plátno pro svoje touhy a obavy. Dle Plotkina (2011, str. 390) vykazují daleko větší psychickou zralost než stejně staří lidé západní společnosti.

Hänni (2010) hovoří o tzv. místech síly, která na člověka působí ve třech dimenzích. Těmito dimenzemi jsou hmotné, energetické a spirituální vlastnosti přírody. O energetických vlastnostech informuje moderní fyzika a využívá ji celostní léčitelství a zemědělství. Léčivou sílu přírody podkládá Hänni zmínkou léčitelů z antického Řecka v poučce „krása léčí“. Hovoří o kráse přírody, která může léčit a o silových místech, která působí na základě biorezonance, kdy přírodní vibrace dokáže naladit tělo do jeho přirozené vibrace. Zároveň Hänni zdůrazňuje, že léčivý účinek přírody na člověka je jedna ze součástí celostní medicíny, avšak rozhodně nelze takto nahradit lékařský zásah či medikaci. Doporučuje využít přírodní sílu jako prevenci a jako podpůrný prostředek především u psychických poruch. Plotkin (2012) vidí sílu pobytu v přírodě především jako protiváhu přemíry informací z médií i společenských komunikací. Mluví o nutnosti

tzv. přírodních zpráv. Zrcadlení přírody autor spatřuje v symbolech a metaforách, v interakci přírodních jevů. Člověk přichází na rozcestí, prochází příjemnou či naopak bahnitou krajinou stejně tak, jako v běžném životě. Plotkin (2012, str. 402) doslova říká, že člověk potřebuje „*ztratit se v lese nebo kaňonu, aby ten, kým skutečně je, mohl najít jeho*“. RNDr. Bím dále zmiňuje jako důležitý moment rozvoj intuice a schopnost být „tady a teď“ v okamžiku, kdy člověk jde neplánovanou cestou. Mluví též o rozvoji schopnosti neulpívání na krásném i nepěkném právě tak, jak se mění ráz krajiny při cestě přírodou.

## 2 Praktická část

Praktická část práce představuje autorský projekt Doprovázené pouti a obsahuje jeho evaluaci.

Autorka stanovuje cíle projektu, definuje výzkumné otázky a inovuje metodu tak, aby reflektovala socializační aspekty. V další části popisuje metodiku, průběh celého projektu a metodou rozhovorů s oběma cílovými skupinami přináší evaluaci, zda se doprovázená pout' ukazuje jako vhodný prostředek pro socializaci či nikoliv.

### 2.1 Přípravná fáze

Přípravná fáze popisuje metodiku projektu, obsahuje představení cíle projektu, shromažďuje teoretická východiska a ideová zdůvodnění cílů a obsahu projektu a shromažďuje popis potřebný pro realizaci projektu ve vztahu k materiálnímu a technickému zajištění projektu. V rámci přípravné fáze je dále uvedeno, co vše je nutno zohlednit při volbě vhodné trasy pouti a jak promýšlet její časovou náročnost takovým způsobem, aby projekt byl přístupný pro co největší počet zájemců.

#### 2.1.1 Cíle

Pro svoji bakalářskou práci jsem si vybrala téma Socializační aspekty metody doprovázené pouti ve formě vytvoření autorského projektu, kdy zhodnotím využití této metody jako prostředku k aktivně strávenému společnému dni lidí s handicapem a lidí zdravých.

Cílem praktické části je:

- Vytvoření inovovaného projektu socializace prostřednictvím metody doprovázené pouti
- Vyhodnocení socializačních aspektů metody doprovázené pouti pro osoby zdravé a osoby handicapované

Přínos tohoto tématu pro sociální pedagogiku spatřuji především v tom, že v sobě zahrnuje socializační a integrační prvek. Využívá volného času obou skupin

ke vzájemnému poznávání přirozenou a nenásilnou formou. Hledá, v čem si mohou být obě skupiny navzájem přínosem. Hledá hodnoty společně stráveného času.

### **2.1.2 Výzkumné otázky**

Bakalářská práce odpovídá na tyto výzkumné otázky:

- Je metoda doprovázené pouti vhodnou formou podpory pozitivních socializačních procesů?
- Přináší inovace metody do společenské aktivity pozitivní aspekty oběma zúčastněným skupinám?
- Jaký má podle zapojených osob doprovázená pout' význam pro osoby zdravé a osoby handicapované?

### **2.1.3 Teoretická východiska projektu**

S metodou doprovázené pouti jsem se setkala osobně jako s formou life koučinku. Autorem a průkopníkem metody doprovázené pouti v ČR je RNDr. Jan Bím. Vzhledem k tomu, že se velmi úzce pohybuji mezi lidmi s handicapem a vím, jak je přínosné poznávat jejich svět a zároveň přínosné pro ně samé co nejvíce se potkávat se světem lidí zdravých, napadla mě myšlenka využít této metody jako prostředku socializace lidí zdravých a handicapovaných. Zároveň takovou aktivitu vnímám i jako přirozenou formu integrace, a to proto, že při celodenní volnočasové aktivitě v přírodě s jasným záměrem lidé nepřichází prvoplánově někomu pomáhat či zkoumat něčí handicap. Přesto tak může docházet k velké pomoci, silným prožitkům pro obě skupiny zúčastněných i urovnání životních hodnot. Z výše popsaných důvodů jsem se rozhodla vytvořit projekt skupinové doprovázené pouti jako možnou formu socializace, kdy se spolu setkají lidé handicapovaní a lidé zdraví při společné pouti.

Literatura, která souvisí s tématem, je zaměřena na socializaci, handicap a na téma přírody a jejího využití v rámci socializace a pedagogiky. Vychází z poznání, že příroda je prostředím, kde člověk přirozeně odkládá své sociální role. Díky fyzickému pohybu v přírodě se lépe harmonizuje a uvolňuje.

Zásady projektu se řídí především tím, aby byly zohledněny potřeby obou skupin. Projekt klade důraz na tyto zásady:

- Vzájemný respekt a tolerance
- Ohleduplnost
- Důvěrnost sdělených informací
- Anonymita následných rozhovorů s účastníky
- Osobní údaje, jména nebo reference zveřejněna jen se souhlasem jmenované osoby



### **3 Realizační fáze**

Realizační fáze popisuje jednotlivé důležité aspekty, se kterými metoda pracuje pro tento konkrétní projekt.

#### **3.1 Cíle metody společné doprovázené pouti**

Cíle metody specifikují důvody, proč byla metoda vytvořena a smysl jejího využití v sociální pedagogice. Jedná se o tyto cíle:

- Podpora přirozeného socializačního procesu lidí zdravých a handicapovaných
- Volnočasová aktivita využitelná v sociální pedagogice
- Sebepoznávací a seberozvíjející technika využitelná jako jedna z řady metod práce se skupinou v sociální pedagogice

#### **3.2 Metodika skupinové pouti**

Projekt společné doprovázené pouti lidí zdravých a lidí handicapovaných vychází z metody doprovázené pouti jako individuálního koučinku. V této podobě je popsána v teoretické části, kdy její základní prvky tvoří klient, průvodce, příroda a fyzický pohyb. V základním využití se jedná zpravidla o interakci dvou lidí.

Pro skupinovou pouť bylo třeba metodu inovovat a vytvořit metodiku tak, aby vznikl koncept pro skupinu lidí. Přetvořením do skupinové záležitosti ustupuje do pozadí aspekt individuálního koučinku a stěžejním se stává aspekt společenský a socializační, aspekt vzájemné inspirace a podpory a v neposlední řadě aspekt motivační.

Pro tvorbu metodiky je třeba rozepsat postup od fáze přípravy projektu, přes jeho jednotlivé kroky vlastní realizace až po závěr a rozloučení účastníků. Následující část práce obsahuje popis jednotlivých prvků metodiky.

### 3.2.1 Časový harmonogram

Projekt je vytvořen na jeden den v časovém rozmezí přibližně od 10 do 17 hodin. Je zvolena sobota jako den volného času, aby byla zajištěna možnost účasti široké veřejnosti, která pracovní dny tráví v zaměstnání.

### 3.2.2 Technické a materiální zajištění

Pro celodenní aktivitu doprovázené pouti je třeba zajistit především následující potřeby:

- 1) Zajištění průvodce
- 2) Zázemí pro setkání účastníků
- 3) Základní lékárnička
- 4) Bloky a psací potřeby
- 5) Stanovení trasy

Ad 1) Pro roli průvodce byl osloven RNDr. Jan Bím. Dopředu byl obeznámen se složením skupiny, jež se pouti zúčastní i s jejími mobilními a dalšími specifickými možnostmi.

Ad 2) Jako zázemí pro setkání byl domluven prostor centra denních služeb Medou Humpolec, které poskytuje celodenní sociální službu osobám s lehkým a středním postižením. Prostor centra byl použit jako místo úvodního setkání.

Ad 3) Lékárnička byla zajištěna v základním vybavení – náplasti, obvazy, dezinfekční roztok, antihistaminika, analgetika, Hemagel, pinzeta, nůžky, zavírací špendlíky - z důvodu první pomoci v případě zranění při pobytu v přírodě.

Ad 4) Bloky a psací potřeby si účastníci přinesli své pro potřebu zaznamenání důležitých poznatků a momentů dne nebo zaznamenání kontaktů pro další setkání s nově poznanými přáteli.

Ad 5) Trasa by stanovena s ohledem na sjízdnost terénu vozíčkáři či občany hůře se pohybujícími. Zároveň bylo nutné, aby trasa procházela přírodou. Z tohoto důvodu

byla zvolena trasa v přírodní rezervaci Křemešník, kde jsou zpevněné cesty i velmi krásná panenská příroda. Křemešník je též známé poutní místo. Proto se jevílo jako přirozeně se nabízející využít této lokality a celou pouť zakončit přímo na vrcholu poutního místa, u kostela Nejsvětější Trojice Křemešník. Zvolená trasa měřila 5 km a jejími stěžejními body byly tři studánky, jež jsou opředené legendami. Mapa trasy je uvedena v příloze č. 1 této práce.

### **3.2.3 Průběh pouti**

#### Privítání účastníků a úvodní slovo průvodce

Přátelské privítání evokuje prvotní pocity účastníků pro otevření se celému dni. Průvodce v úvodu seznámí účastníky s průběhem a záměrem pouti. Stejně tak je možné, aby záměr zvolili samotní účastníci či aby se záměr vytvořil až po úvodním komunikačním kruhu. Záměr představuje téma, které všechny účastníky stmeluje a nese se celým dnem. Může jít o obecnou otázku, aktuální všeobecné téma, téma související s místem konání nebo konkrétní společné téma skupiny.

#### Úvodní komunikační kruh

Úvodní komunikační kruh je velmi významný bod celého dne. Jeho význam spočívá v nenásilném prvotním seznámení, sociálním propojení a emočním naladění se na sebe navzájem. Pro otevření komunikace lze využít inspirační či motivační karty, které si jednotliví účastníci vytáhnou a mohou tak hovořit na téma karty, pokud nechtějí hovořit přímo o sobě. Je dobré, pokud účastníci krátce sdělí své jméno, důvod a očekávání od společného dne. Slova jednoho pomohou otevřít komunikaci dalšího účastníka. Zároveň se tak lidé mezi sebou poznávají a již v tomto bodě mohou alespoň zčásti poznat své příběhy. Může se stát, že někdo řekne pouze své jméno a předá slovo dalšímu. Je třeba plně respektovat a akceptovat individuální potřebu komunikace a podpořit každého v jeho osobním přístupu. Plně akceptující a podporující přístup je v průběhu celé pouti nezbytný. Úvodní kruh zahajuje a uzavírá svými slovy průvodce. Je důležité, aby i on sám sdělil svá očekávání, svůj případný záměr a několika slovy přiblížil svůj osobní příběh.

## Pouť naplánovanou trasou a skupinové techniky

Po úvodním kruhu se účastníci vydají na společnou cestu. Již od počátku jsou vybídnuti k tomu, aby po celou cestu vedli rozhovory s různými lidmi, aby se vzájemně poznávali, otevřeli svá témata, pokud jim to je příjemné. Je důležité vyslovit, že pouť je důvěrný prostor. Zároveň je třeba respektovat ochotu každého se plně zapojit do společného hovoru či být jen pozorovatelem. Dochází ke zvědomování aspektů vnitřní práce sama se sebou, například ve smyslu, že chce-li se člověk plně setkat s druhými na své mentální úrovni, je třeba se nejprve setkat sám se sebou. Proto je důležité vědět, že je v pořádku občas jen pozorovat, být opodál.

Během cesty probíhají různá společná zastavení, kdy průvodce upozorňuje na náhlé související události, které pouť provázejí. Náhlými událostmi souvisejícími s celou poutí se může stát například nečekané pozvání, viz níže.

V průběhu naší pouti prudký déšť spojil celou skupinu pod společné deštníky a pláštěnky. Ne všichni byli dostatečně vybaveni pro tento případ, a tak hned v počátku se rozběhla vzájemná solidarita a došlo k vzájemnému půjčování a schovávání pod jeden deštník, jednu pláštěnku. Lidé, kteří se dříve nesetkali s péčí o vozičkáře, museli vymyslet, jak jej společně schovat před deštěm, protože vybavení k použití na vozík scházelo, bylo třeba upřednostnit druhého před sebou samým.

Zvláštní okamžik nastal, když skupina míjela celoročně nevyužívanou hájovnu. Její správce, který tu obvykle nebývá, vyšel a pozval všechny dovnitř, kde je pohostil horkým čajem. Průvodce v této situaci pohovořil o asociaci, která z uvedené situace vyplynula – o tom, že pokud je člověk odhodlán a nevzdá se při prvních potížích, setkává se na své cestě s podporou a pomocí. O tom, že v běžném životě si takovou podporu běžně neuvědomujeme či ji nevnímáme. Pouť je však zastavením v životě a dává tak možnost takové okamžiky prožít a ucítit na individuální rovině. Účastníci měli prostor, aby si zpětně uvědomili, kdy v životě dostali podporu, na kterou již dávno zapomněli.

Zajímavými místy zastavení mohou být různé přírodní objekty nebo nezvyklosti. Je vždy důležité na tato místa upozornit a pohovořit o nich. Účastníci si tak mohou plně uvědomit souvislosti i spojení s druhými lidmi a s celou krajinou. Takovým zastavením může být například studánka, přírodní zajímavost, staré stromořadí, vzácný strom, abstraktní obrazce v krajině, na stromech a mnoho dalšího. Je možné taková zastavení využít nenásilnou formou i k edukativním účelům.

Edukativní vstup má funkci vzdělávací i funkci jakéhosi odlehčení. Pozornost se náhle zaměří pro danou chvíli na myšlenkový proces, na vstřebávání zajímavých informací zprostředkovaných názorným podnětem. Dojde tak k přerušení emotivního prožívání člověka, který se třeba poprvé v životě setkává s životem handicapovaných. V takovém případě pro něj může být tento emoční prožitek velmi silný a náročný, může prožívat vnitřní zmatek, utrpení druhého, přestože druhý svůj život tak vůbec nemusí vnímat. Může prožívat i jakési vnitřní pocity viny. Toto jsou určité rizikové momenty společné doprovázené pouti pro zdravé účastníky. Je úkolem průvodce tyto momenty zmírnit či případně eliminovat citlivými vstupy a občasným odvedením pozornosti jinam. Edukativní zastavení se pro tento případ jeví jako velmi účinná, zajímavá a inspirativní zároveň.

Na naší pouti jsme míjeli tzv. Zázračnou studánku, jejíž pramen je mírně radioaktivní a léčivý. Pro vodu se sem sjíždějí lidé z širokého okolí. Průvodce pohovořil o vodě jako symbolu, o mnoha podobách vody a její nezbytnosti a vzácnosti. Zmínil, jak působí radioaktivní účinky vody. Další z účastníků si připojil s tím, že tato voda byla v minulosti dokonce vyvážena jako velmi vzácná do Itálie a dalších jižních zemí.

Průvodce navázal i dalšími možnými pohledy na vodu. Řekl například, že z mystického pohledu je voda něco, co očišťuje, odnáší staré a nepotřebné a dává vzniknout novému. Dal prostor k zamyšlení, co každý z nás potřebuje symbolicky očistit ve svém životě.

Celá pouť je prolnta mnoha technikami z oblasti osobnostního rozvoje či meditačními technikami, které jsou vhodné pro využití při práci se skupinou. Cílem je stmelení skupiny i individuální prostor pro jednotlivce k hlubšímu ponoření se do sebe.

Jednou z technik, kterou je možno využít, je například meditace na chůzi. Účastníci jsou instruováni k chůzi v tichu a soustředění plné pozornosti pouze na sebe sama, na svůj pohyb, dotyk chodidel se zemí. Není účelem vnímat v tomto okamžiku okolní krajinu ani okolní zvuky, už vůbec ne hovory s druhými. Smyslem je být maximálně ponořen jen do prostoru sebe sama, ideálně do prostoru vlastní prázdnoty. Účastníkům dá tato metoda možnost velkého zklidnění a uvolnění, možnost oprostít se od ostatních spolupoutníků a jejich příběhů. Zklidněný a uvolněný člověk pak dokáže daleko lépe být dobrým posluchačem a také přínosem pro druhé. Zároveň si dokáže lépe zachovat odstup a nenechá se tak snadno vtáhnout do starostí druhého člověka.

Aby byl prostor k takovému prožitku, je nutné, aby technika trvala určitou dobu, konkrétně pro tuto techniku je třeba přibližně minimálně 15 – 20 minut. Po jejím ukončení si účastníci vzájemně sdílí své pocity, prožitky nebo myšlenky. Je důležité takovéto techniky využívat právě proto, aby celý socializační proces prostoupil hlouběji. Dle zásad mindfulness platí, že dokáží-li se lidé ztišit uvnitř sebe, vnímat své vlastní niterné pocity a procesy, jsou mnohem vnímavější k potřebám druhých a chovají se více empaticky.

Techniky, které je možno využívat, jsou jakousi podporou celého socializačního procesu, jež je cílem projektu. Tento socializační proces se odehrává na pozadí. Lidé se během putování sblíží, vzájemně inspirují a motivují. Vyprávějí si své životní příběhy. Podaří-li se vytvořit atmosféru otevřenosti a dokáží-li být účastníci empatictí k sobě i druhým, mohou nastat i velmi významné a nečekané situace, kdy je někdo inspirován k nějakému svému rozhodnutí nebo činu. Příkladem, jak motivující je podpora a respekt ostatních lidí, je zážitek účastníků naší pouti níže.

Jan, mladý muž po dětské mozkové obrně, je trvale upoután na invalidní vozík. Jeho nohy jsou nepohyblivé, v podstatě dokáže s podporou horní části těla posunout chodidla po podložce o několik centimetrů. Lidé, kteří se seskupili kolem něj a jejichž podporu cítil, ho dokázali natolik inspirovat, že nabídl svůj vozík všem ostatním, aby si s ním vyměnili místo. S podporou ostatních se přemístil k rukověti vozíku. Na vozík si sedl někdo z dalšího účastníků a Jan byl natolik namotivován, že dokázal takto sám udělat několik skutečných kroků. V naší pouti se jednalo o velmi silný moment jak pro Jana, tak pro ostatní účastníky pouti. Prožitek ukázal, co dokáže odhodlání a vůle člověka.

### Závěrečný komunikační kruh

V okamžiku, kdy je pouť u konce, je třeba vytvořit závěrečný komunikační kruh. Je důležité zvolit vhodné místo pro tento kruh. Ideální je, pokud pouť končí na zajímavém či významném místě. Může jít o poutní místo, místo s pěkným výhledem, místo u přírodní zajímavosti, ale také o místo uvnitř prostoru, kde pouť začínala. Důležité je, aby místo nebylo rušivé a účastníci se zde cítili bezpečně. Kruh je útvar, který umožňuje oční kontakt se všemi přítomnými. Komunikaci otevírá opět průvodce. Svými slovy shrne významné okamžiky pouti, upozorní na události a situace, které

vnímá jako důležité. Pohovoří také o svém osobním vnímání celého dne či svých vlastních pocitech a prožitcích. Svým přístupem a postojem vytváří atmosféru pro sdílení ostatních. Každý účastník má pak možnost sdělit své poznatky, podělit se s ostatními o prožitky a důležité momenty, které zaznamenal. Je nezbytné zachovat plně akceptující přístup a respektovat potřebu sdílení či naopak mlčení.

V našem případě jsme končili pouť na samém vrcholu Křemešník v prostoru nádvoří poutního kostela Nejsvětější Trojice. Toto místo je vnímáno jako energeticky silné místo. Průvodce zahájil závěrečný kruh svými slovy, shrnul své prožitky a pocity, které si odnáší.

Ostatní lidé často hovořili o tom, že den jim přinesl odstup od vlastních problémů a nadhled nad nimi. Velkou inspiraci vnímali v přístupu k životu právě handicapovaných spoluúčastníků. Inspirovali je svojí radostí a srdečností, přijetím svého handicapu jako součásti běžného života bez zatrpklosti. Lidé s handicapem hovořili o přirozeném rozšíření sociálních kontaktů, podpoře a celkově vnímali pouť jako společenskou událost.

Po té, kdy všichni pohovořili o svých prožitcích a poznáních, ještě průvodce shrnul významné okamžiky celého dne. Zrekapituloval tak průběh pouti od samého úvodu až po tento moment. Zmínil prožitek stmelení díky silnému dešti, podporu v podobě pozvání do hájovny, vzájemnou pomoc při překonávání náročných úseků cesty, některá témata vzájemných hovorů a vyzdvihl sílu podpory skupiny pro odhodlání jedince ke konkrétnímu činu, v našem případě činu Jana.

Pro shrnutí celého procesu pouti je nutné vyzdvihnout oba komunikační kruhy. Jsou důležitými mezníky pro nastartování i ukončení celého socializačního procesu. Socializační proces během celého dne by měl probíhat spontánně s občasnou podporou průvodce a právě kruhy by měly vést k jeho určité regulaci.

Stejně tak je důležité vstupovat do procesu s různými technikami z oblasti mindfullnes. To proto, aby se lidé uměli naladit na své vlastní pocity a potřeby a dokázali zůstat v kontaktu se sebou. Příběh druhého, který může být leckdy velmi silný a citově náročný, je pak nepohltí, ale může velmi významně inspirovat.

Pro odlehčení prožitků mají svůj nezastupitelný význam také edukativní zastavení. Edukace naplní potřebu poznání člověka, zároveň vnáší do celého socializačního procesu novou dimenzi.

## 4 Evaluace

Cílem bakalářské práce je nejen představit inovovaný projekt doprovázené pouti, ale provést také evaluaci její realizace. Evaluační část práce stanovuje cíle a metody evaluace a prezentuje výsledky hodnocení celého projektu z pohledu zúčastněných osob. V závěru dává doporučení pro využití metody v kontextu oboru sociální pedagogika.

### 4.1 Cíle

Cílem evaluace je vyhodnotit socializační aspekty projektu společné doprovázené pouti a poskytnout tak odpovědi na výzkumné otázky. První otázka se váže čistě k procesu socializace. V rámci hodnocení sledujeme, do jaké míry jsou účastníci doprovázené pouti schopni vyjádřit své pocity a názory, které by odrážely socializační vlivy spojené s prožitkem pouti. Mezi socializační vlivy přitom zahrnujme procítění přítomnosti druhých, uvědomění si atmosféry, která jednotlivé části pouti charakterizovala, prožitek poznání druhých, vnímání jejich hodnot a názorů. Součástí vyhodnocení projektu je také sledování reflexe a sebereflexe účastníků, jako základu pro změnu a vědomé sebeutváření. Další dvě otázky vycházejí z individuálního hodnocení účastníků tak, jak sami vnímají vliv metody na svou osobnost, jak se během dne cítili a jaké důležité prožitky či poznání zaznamenali

### 4.2 Metody sběru dat

Pro projekt byla využita metoda nestrukturovaného rozhovoru realizovaného po absolvování doprovázené pouti. Za účelem získání objektivního názoru byly rozhovory vedeny se třemi účastníky ze zdravé populace a s pěti účastníky se zdravotním handicapem, přičemž komunikační handicap dvou respondentů způsobil, že vyšší vypovídací hodnotu mají první tři rozhovory. Tím je také vyvážena struktura informantů z obou skupin účastníků pouti. Rozhovory byly nahrávány na diktafon. Pro zajištění anonymity byla jména informantů změněna. Otázky byly vedeny tak, aby dokázaly přinést odpovědi na výzkumné otázky a zároveň, aby v maximální možné míře zaznamenaly všechny prožitky a postřehy účastníků pouti, které vnímali jako důležité. Hlavní otázky, které jsou „*páteří rozhovoru*“, jak uvádí Švaříček a Šed'ová (2007, str.



164), reflektovaly výzkumné otázky a byly položeny všem informantům. Další otázky individuálně navazovaly na sdělené údaje a myšlenky.

Všichni zdraví informanti se s chutí podělili o své názory. Rozhovory byly vedeny v kavárně s důrazem na navození příjemné a otevřené atmosféry.

Respondenti se zdravotním handicapem odpovídali v prostředí svého centra denních služeb Medou, z..s. Pro komfortnější atmosféru a příjemný subjektivní pocit informantů byl rozhovor veden formou skupinového rozhovoru. Tři z informantů odpovídali velmi obsáhle a zaujatě. Vzájemně se inspirovali k dalším podnětům a postřehům. Dva z informantů s vážnějším zdravotním handicapem se rozhovoru účastnili též velmi aktivně, avšak z důvodu nižší slovní zásoby o jejich prožitku více vypovídala mimika a emoční projevy.

Pro ilustraci je přiložen v příloze této práce přepis dvou rozhovorů.

### **4.3 Metody vyhodnocení dat**

Pro vyhodnocení dat byla použita metoda otevřeného kódování, jež je součástí zakotvené teorie. Technika je uváděna jako velmi využívaná pro svoji jednoduchost a současně použitelnost ve značně širokém spektru kvalitativních projektů. V rozhovorech byly stanoveny významně vypovídající celky, tedy jednotky. Tyto jednotky byly opatřeny kódy. Následně byl seznam kódů systematizován do kategorií, čímž vzniklo pět základních kategorií vypovídajících o základních aspektech, jež rozhovory ukázaly. Tabulka vytvořených kódů a kategorií je součástí evaluační části práce.

V dalším kroku byla využita technika vyložení karet. Tato technika interpretuje systematizované kategorie tak, aby reflektovaly výzkumné otázky. Poskytuje tím podrobnou deskripci všech kódů zařazených pod konkrétní kategorii, jak uvádí Švaříček, Šed'ová (2007).

### **4.4 Vyhodnocení projektu**

Postupem otevřeného kódování a sestavením kategorií byly vytvořeny tabulky (příloha č. 3) shrnující obsah jednotlivých kategorií pro obě skupiny respondentů, tedy skupinu handicapovaných a skupinu zdravých účastníků.

Tímto postupem vzniklo pět základních kategorií:

- Poznání
- Prožitky
- Atmosféra
- Sociální aspekty
- Kumulace aspektů

### **Kategorie: Poznání**

Kategorie zahrnuje kódy: noví lidé, nová místa a techniky osobního rozvoje. Obě skupiny informantů se shodly na tom, že jim pouť přinesla možnost seznámit se nenásilnou formou s novými lidmi, které by jiným způsobem ve svém životě pravděpodobně nepotkali. Informanti zdůraznili tuto svoji potřebu v obou skupinách rovnoměrně s tím, že jim chybí možnost setkávat se s lidmi z jiného společenského spektra, než v jakém se většinou pohybují a že je pro ně tato možnost velmi obohacující.

Nová místa je kód, který se také objevoval u obou skupin informantů, avšak u skupiny handicapovaných ve větší míře. Prezentovali touhu podívat se na různá zajímavá místa, podívat se mimo svůj běžný denní rámec. Pro uskutečnění jakéhokoliv výletu potřebují pomoc druhé osoby, a tak jim tato možnost spíše chybí. Informanti skupiny zdravých zdůrazňovali nový úhel pohledu na přírodní a kulturní místa v případě, že je jim zprostředkovan průvodcem či celou skupinou účastníků pouti.

Techniky osobního rozvoje jsou záležitost, kterou významně zmiňovala skupina zdravých informantů. Z jejich odpovědí vyplynulo, že poznání těchto technik bylo jedním z důvodů, proč se rozhodli pouti zúčastnit. Vedla je k tomu zvědavost i potřeba naučit se více pracovat se svou myslí, naučit se nalézat více vnitřního klidu a nadhledu nad svými starostmi. Meditační část pouti hodnotili velmi přínosně jako něco naprosto jednoduchého a zároveň velmi přínosného, co mohou použít ve svém životě.

Lze tedy shrnout, že obě skupiny měly potřebu poznávat nová místa a nové lidi z důvodu rozšíření si tak svých možností v tomto směru. Skupina zdravých informantů navíc má potřebu aktivního osobního rozvoje.

### **Kategorie: Prožitky**

Kódy, které obsahuje tato kategorie, se shodují ve fyzické aktivitě, rozchází se však v jejím pojetí. Skupina zdravých informantů zdůrazňuje pozitivní vliv fyzické aktivity jako takové. Vyjadřují potřebu fyzického pohybu a oceňují možnost společenské aktivity při delším pohybu. Skupina handicapovaných informantů hodnotí především příležitost zvládnout delší fyzickou aktivitu, na kterou by si sami netroufli, a následný pocit sebe-ocenění, že několikakilometrový úsek opravdu zvládli. Tito informanti tedy oceňují především příležitost překonat své vlastní limity a prožít tak své osobní vítězství.

Skupina zdravých informantů často vyjadřovala touhu poznat život lidí s handicapem. I toto hodnotili jako jeden z důvodů účasti na pouti. Ukázalo se, že silný zážitek pro ně bylo prožít den s těmito lidmi, aniž by od nich kdokoli očekával konkrétní chování. Ve svém životě nikoho blízkého s handicapem nemají a tak mnohokrát neví, co tito lidé potřebují, co prožívají. Hodnotili jako velmi cenné mít příležitost nenásilnou formou se naučit, jak pomáhat a kdy. Často vyjadřovali překvapení, s jakým humorem handicapovaní lidé zvládají svůj život a vnímali toto jako inspiraci pro své životní peripetie. V rozhovorech také zaznělo, že takovouto formou seznámení se s životem handicapovaných lépe vidí smysluplnost sociálních služeb a jejich finanční podporu.

Jako významný prožitek také hodnotili sílu skupinového odhodlání a skupinové podpory. Tento aspekt se ukázal v souvislosti se silným deštěm s tím, že při běžné turistice nebo pobytu s přáteli by takový déšť byl pravděpodobně důvodem k předčasnému ukončení akce. V případě společné pouti však nic takového nikoho nenapadlo a prožitek společného odhodlání a následné podpory v podobě pozvání do hájovny si odnášejí jako poučný a významný moment.

Obě skupiny informantů hodnotily jako významný prvek poznání nečekané zážitky přicházející v kontinuitě celého dne. Tyto zážitky spatřují jednak v událostech, které během dne přicházely (například nečekané pozvání do hájovny) a jednak v souvislostech, na které upozorňoval průvodce. Zde velmi dobře hodnotili práci průvodce s tím, že sami by si vůbec neuvědomili možnosti jakéhosi zrcadlení, které příroda při pozorném vnímání nabízí.

## **Kategorie: Atmosféra**

Kategorie obsahuje shodné kódy obou skupin, a to sounáležitost, klid a porozumění, příjemná atmosféra a sdílení. Tyto kódy se prolínaly neustále všemi rozhovory. Informanti se po celou dobu pouti cítili příjemně, zdůrazňovali pocit klidu a vzájemného porozumění. Při dotazování, zda jim tento pocit v běžném životě chybí, odpovídali, že ano. Že v každodennosti necítí opravdové porozumění, spíše přetvářku. Klid je něco, co ve svých životech spíše postrádají, pociťují shon a tlak na sebe dostat všeobecnému rychlému tempu života. Vnímali společnou pout' jako čas zastavení, čas načerpání klidu a pocit pravého lidského porozumění.

Velmi oceňovali oboustrannou sounáležitost, ačkoliv se před setkáním většina účastníků pouti vůbec neznala. Jedna z informantek hovořila o „sdílené radosti“ jako o pocitu, který v dnešní době schází vzhledem ke komunikaci v rámci sociálních sítí a vztahů s virtuálními přáteli.

Zdraví informanti navíc zdůrazňovali důvěru jako aspekt, který byl na pouti přirozený, přičemž v běžném životě jej tak nevnímají. Pociťovali důvěru jako prostor, kdy neměli zábrany podělit se o své problémy a starosti, kdy plně důvěřovali, že jejich upřímnosti nikdo nezneužije.

Handicapovaní informanti naproti tomu velmi zdůrazňovali respekt, přijetí a podporu. Především respekt vnímali jako velmi zásadní a pro ně důležitý. Jeden z informantů uvedl, že „*ti lidé tam jdou s očekáváním, že tam budou handicapovaní lidé a přirozeně nás berou jako invalidy a nejsme jim na obtíž*“. Jiný informant odpovídal „*cítím podporu, ale ne lítost*“. Informanti často hovořili o tom, že v běžném životě se cítí nepřijati nebo nepochopeni. Hovořili o tom, že lidé jim buď chtějí příliš pomáhat a vyjadřují lítost nebo naopak jsou lhostejní či přímo opovrhují jimi jako někým, s kým se nechtějí stýkat. Ocenili, že na takovéto společné aktivitě mají lidé příležitost je blíže poznat. Pocit respektu a přijetí se nesl rozhovory handicapovaných informantů v různých podobách. Zmiňovali věty typu „*nepociťuji žádný odstup*“, „*nikdo neříká, že je tam nějaký postižený, s kterým se bavit nebudou*“, „*cítím se respektovaný*“, „*na pouti jsme si byli všichni rovnocenní*“. Z hovoru bylo cítit, že je to velmi silné téma. V běžném životě mají tyto lidé často pocit, že někde překáží, zdržují svojí pomalostí či dokonce nemá vůbec smysl se s nimi bavit. Sdělovali, že se setkávají s tím, že se s nimi někdo vůbec nechce bavit v domněnku, že by to stejně nepochopili. To,

že na společné aktivitě mohou být s mnoha různými lidmi a zažívat plné přijetí a respekt, pro ně bylo velmi zásadní.

### **Kategorie: Sociální aspekty**

Do kategorie sociálních aspektů byly zařazeny kódy: komunikace, navázání nových vztahů jako společné aspekty obou skupin respondentů. Komunikace byla velmi oceňována jako proces, který probíhal mezi všemi účastníky navzájem. Lidé během celého dne stihli promluvit s každým účastníkem. Informanti zmiňovali především to, že zde mohli mezi sebou hovořit lidé, kteří žijí velmi odlišné životní příběhy, a přesto si měli co říci. Někteří informanti měli pocit, že na pouti se lidé mezi sebou snaží více komunikovat než při běžné procházce či posezení s přáteli.

Handicapovaní informanti dále v rámci sociálních aspektů uváděli chuť se zlepšovat a následně pociťovali vyšší sebedůvěru. Hovořili o tom, že cítili podporu celé skupiny pouti a pomoc, kterou jim skupina poskytla například ve ztíženém terénu. Měli pak potřebu a především motivaci této podpory využít a snažili se vydat ze sebe to nejlepší, co dokázali. Samotný respekt ostatních jim dodával vyšší sebedůvěru a chuť na sobě dále pracovat.

Skupina zdravých informantů velmi často zmiňovala kód hodnoty. Hovořili o tom, že si společným dnem uvědomili mnoho zbytečností, kterými se ve svém životě zabývají. Pociťovali obdiv k těm, kteří musí překonávat každodenní těžkosti. V souvislosti s lidskými hodnotami též zmiňovali uvědomění kvalit svého života, stejně tak jeho malicherností.

Další aspekt, který byl často zmiňován, byl altruismus. Informanti popisovali, že pociťovali vlastní užitečnost, když mohli někomu smysluplně pomoci. Byl pro ně významný moment, kdy mohli tlačit vozík a pomoci tak druhému konkrétním činem. Stejně významně vnímali svoji roli naslouchajícího při rozhovoru. Prožívali pocit smysluplnosti svého konání a trávení svého volného času. Někteří zažili takový pocit poprvé.

Jedna z informantek, která pracuje s lidmi s handicapem, hovořila o tom, jak bylo viditelné učení nápodobou. Dle jejího názoru, jsou-li handicapovaní lidé v přirozené společnosti, kde si lidé vzájemně pomáhají, i oni sami se snaží přirozeně

pomáhat v rámci svých možností, což běžně v chráněném prostředí nedělají. V chráněném prostředí spíše pomoc očekávají. Hodnotila toto jako významný socializační aspekt.

### **Kategorie: Kumulace aspektů**

Kumulace aspektů je kategorie, která vznikla ze zdůraznění následujících kódů uváděných vždy současně. Jde o kumulaci pohybu, přírody, společenské události a duchovního přesahu. Obě skupiny informantů hovořili o tom, že jim vyhovovalo spojení výše uvedených aspektů. Vnímali jejich vzájemnou propojenost a smysl právě pro přítomnost všech aspektů společně.

Příroda pro ně byla velmi příjemným prostředím, kde cítili přirozenou volnost a prostor pro to, aby mohli být chvíli o samotě a chvíli se zapojit do hovoru s jinými. Mluvili o tom, že v místnosti se cítí více pod pohledy ostatních svázání očekáváním nějakého chování či hovoru. Na pouti tento pocit neměli.

Byli rádi, že celá aktivita pro ně znamenala společenskou událost a setkali se s mnoha neznámými lidmi, mohli navázat nová přátelství. Díky využití komunikačních kartiček na začátku pouti se dokázali více otevřít ve svých sděleních a cítili se u toho bezpečně.

Zároveň ocenili, že vše se dělo v přírodě v rámci fyzického pohybu, díky kterému se více uvolnili, byl jim příjemný a současně byl spojovacím prvkem. Zamýšleli se, že kdyby nemuseli společně přenášet vozík přes kořeny nebo nepociťovali společnou únavu, možná by se k sobě navzájem tolik nepřiblížili. Dle jejich výpovědí se ukázalo, že společný pohyb jim usnadňoval komunikaci či přímo nabízel témata k hovoru.

Duchovní přesah celého dne, který do procesu vnášel průvodce, pozvedl společný čas empatickými vstupy do prostoru hlubšího zamyšlení a uvědomění si souvislostí našich životů. Tuto složku pouti respondenti zmiňovali jako něco, bez čeho by to byla jen turistika.

Spojení všech výše zmíněných aspektů hodnotili jako něco, co dalo celé aktivitě jedinečnost. Každý aspekt sám o sobě by nevnímali tak významně.

## Závěr

Cílem bakalářské práce bylo vytvoření autorského projektu doprovázené pouti jako společné aktivity lidí zdravých a handicapovaných a vyhodnocení socializačních aspektů celé aktivity.

Teoretická část byla věnována vymezení pojmů socializace, handicap, socializace osob s handicapem a seznámení s metodou doprovázené pouti.

Praktická část popisovala vytvoření metodiky inovovaného projektu pro společenskou aktivitu. Následně byla tato metodika vyhodnocena a v evaluační části předložena do přehledné systematizované tabulky a jejího popisu.

Z uvedených teoretických zdrojů vyplynulo, že socializace osob s handicapem má svá specifika. Může pomoci člověku vyrovnat se se svým postižením a zároveň vytváří podmínky pro potřebu dále se zdokonalovat, pracovat na sobě. Byla zmiňována nutnost vytvářet příležitosti pro pozitivní zkušenosti, a to pro každého lidského jedince z důvodu jeho příznivého a zdravě sebevědomého vývoje. Z tohoto pohledu má každá příležitost pozitivních socializačních prožitků velký význam také pro osoby zdravé z hlediska rozvoje jejich altruismu a urovnání životních hodnot. V neposlední řadě, dle teoretických zdrojů, není možné, aby sociální učení probíhalo metodou formálního učení, ale je naopak nutné, aby došlo k zapojení emoční paměti, aby docházelo k prožitkům a rozvoji aktivit zvyšujících osobnostní potenciál jedince.

Výše uvedené informace projekt bakalářské práce potvrdil. Sami informanti poukázali na skutečnost, jak je pro ně důležité setkávat se s jinými lidmi tzv. tváří v tvář. A to především z toho důvodu, že jejich život se často pohybuje v určitých stereotypních mantinelech mezi rodinou, stacionářem či chráněným pracovištěm v případě handicapovaných lidí. Nebo svůj život tráví v úzkém kruhu blízkých přátel, pracovních kolegů a rodiny v případě zdravých lidí. V obou případech se tak setkávají s lidmi stejného životního stylu a nemají příležitost poznat, že život se může také odvíjet ve velmi odlišných podmínkách a s velmi odlišnými zkušenostmi.

Lidé handicapovaní, vzhledem k tomu, že k jakékoliv další aktivitě potřebují pomoc druhé osoby, mají značně ztížené možnosti věnovat se i jiným aktivitám ve svém

volném čase. Zdůrazňovali, že v běžném životě často pocítují nepříjemné zkoumavé pohledy lidí, že jsou invalidní. Někdy cítí pohrdání, jindy lítost nebo nezájem.

Rozšířený sociální kontakt považují obě skupiny za něco, co jim výrazně chybí a po čem výrazně touží. Společná doprovázená pouť pro ně byla příjemnou společenskou událostí, která jim navíc nabídla možnost poznat mnoho lidí různých profesí, zájmů a osobních příběhů. Toto vše vnímají jako velké obohacení. Zároveň skupina handicapovaných velmi silně vnímala motivaci pracovat na sobě, aby dokázali sami sobě, ale také skupině lidí kolem nich, „že na to mají“. Je tedy možné konstatovat, že společná doprovázená pouť působila jako prostředek i k posunu jejich vlastních limitů. Velmi zdůrazňovaný byl pocit respektu k odlišnostem každého a z toho pramenící pocit přijetí.

Atmosféra respektu se ukázala jako významný socializační prvek pro obě skupiny účastníků projektu. Respekt k sobě samému je jedna ze základních potřeb člověka a předpoklad pro zdravý rozvoj sebepojetí a sebeúcty. Stala-li se doprovázená pouť prostorem, kde lidé mohli tento aspekt pocítit na rozdíl od běžného života, hodnotím toto jako významný pozitivní socializační prvek.

Socializační aspekt komunikace byl také často zmiňován. Byla zdůrazňována komunikace každého s každým jako prvek, který v účastnících pouti zanechal silný dojem. Ukázala se zde potřeba lidí k osobnímu kontaktu s rozmanitou skupinou lidí a zároveň deficit této potřeby v dnešní době. Jako důležitý bod spatřuji umění komunikaci otevřít. V našem případě byly použity motivační či komunikační karty na samém počátku. Respondenti několikrát zmiňovali, že díky této technice odložili zábrany a hovořili o věcech, o kterých by jinak zřejmě nehovořili. Vnímali takové otevření komunikace jako velmi příjemné a zároveň inspirativní pro další rozhovory.

Důležitým činitelem se ukázal prvek přírody a pohybu současně. Vnímám tento aspekt jako výjimečný mimo jiné v tom, že setkáme-li se s handicapovaným člověkem na nějaké například tvořivé dílně či u kávy, pravděpodobně budeme mít zpočátku ostych. Budeme přemýšlet, kam vést hovor, abychom nikoho nezranili. Když ale společně jdeme přírodou, chvíli můžeme jen poznávat, pozorovat. Posléze si možná budeme chtít povídat a pak zase být v tichu a přemýšlet. Vědomí, že člověk může zůstat nějakou dobu v tichu a nenarušuje tím žádný proces, působí často léčivě. Na rozdíl



od mlčení v místnosti, kde může naopak narůstat pocit jakési nepatřičnosti a ticho tak působí spíše rušivě.

Zároveň se vytváří prostor pro navázání hlubších vztahů a vznik nových přátelství. Je zde prostor pro zdravý altruismus na straně jedné a pro motivaci k posunu vlastních limitů na straně druhé. Zdravý altruismus s sebou nese naplnění pocitu vlastní užitečnosti a sebe-hodnoty jako druhotný jev. Pouť jasně ukázala, že lidé chtějí pomoci druhým, jen obvykle neví, jak nejlépe. Díky vhodné pomoci pak sami prožívají pocit vlastní užitečnosti. V dlouhodobějším horizontu lze říci, že rozvíjení zdravého altruismu může přinést i znovuobjevení smyslu života.

Vrátím-li se k výzkumným otázkám a odpovědím, které realizace projektu přinesla, ukazují se následující odpovědi:

- Je metoda doprovázené pouti vhodnou formou podpory pozitivních socializačních procesů?

Ano, metoda vhodně podpořila pozitivní socializační procesy obou skupin účastníků pouti. Konkrétně ve skupině handicapovaných docházelo k prožitkům pocitů respektu a přijetí, následně vzrůstu sebeúcty, tedy hodnoty pro vývoj člověka velmi významné. Metoda podpořila vzájemnou komunikaci, navazování nových vztahů i motivaci k posunu vlastních limitů. Ve skupině zdravých účastníků metoda působila především v rámci uspořádání hierarchie lidských hodnot, v rámci sounáležitosti i rozvoje altruismu.

- Přináší inovace metody do společenské aktivity pozitivní aspekty oběma zúčastněným skupinám?

Ano, inovace do společenské aktivity naplnila rozvoj lidských vlastností jako je vzájemná úcta a respekt, podpora a sounáležitost. V neposlední řadě metoda ve své podobě do společné aktivity působila jako vhodný prostředek učení nápodobou. Metoda dává příležitost seznámit se s odlišným žitím lidského života ovlivněného nepříznivými životními okolnostmi a s mnoha barevnými možnostmi v přístupu k řešení těchto životních těžkostí.

- Jaký má podle zapojených osob doprovázená pout' význam pro osoby zdravé a osoby handicapované?

Význam lze spatřit společně ve smysluplném využití volného času, v rozvoji zdravého pohybu a vztahu k přírodě. Metoda dává příležitost pro setkání a inspirování se navzájem, pro načerpání klidu a porozumění.

Společně strávený čas přirozenou aktivitou jasně ukazuje, že největší handicapy, které doopravdy máme, jsou nedostatek vůle, odvahy a odhodlání. Se vším ostatním se dá pracovat a postupnými kroky posouvat. Toto poselství vyplývá pro obě skupiny účastníků pouti.

## Doporučení pro praxi sociální pedagogiky

Metoda společné doprovázené pouti se ukázala jako vhodná metoda pro využití v praxi sociální pedagogiky. Pro zajištění jejího přínosu je třeba dbát na jednotlivé body metodiky, které jsou uváděny v praktické části projektu včetně vlastní přípravy. Vzhledem k tomu, že se jedná o aktivitu realizovanou v přírodních podmínkách, bude vždy nutné dopředu pečlivě zvážit trasu pouti a plně zohlednit možnosti účastníků. Z toho vyplývá, že je důležité dopředu znát, pro jakou skupinu je aktivita připravována.

V rámci vlastní metodiky nelze vynechat žádnou uváděnou část, protože by došlo k rozbití celého konceptu a tedy i výsledku. Úvodní komunikační kruh je prvek, který otevírá proces celého dne a jeho průběh se do celého dne také odrazí. Všichni účastníci musí dostat prostor pro vyjádření svých pocitů či sdělení toho, co si na pouť přináší. Zároveň každý jedinec musí cítit, že je plně respektován a přijímám i v případě, že nechce prozatím komunikovat.

Při průběhu vlastní pouti je důležité ponechat prostor pro volnou komunikaci účastníků pouti. Stejně tak je však nutný prostor pro vstupy průvodce s poukázáním na zajímavé okolí, reflektování probíhajících situací nebo pouhé povídání o přírodě. V neposlední řadě je nutný prostor pro zařazení technik osobního rozvoje ať už formou meditačních technik použitelných v přírodě nebo jiných forem technik práce s myslí. Vhodné by bylo i zařazení hry na tibetskou mísu, která velmi zklidňuje a může být použita pro navození hlubší a klidnější atmosféry. Podle složení skupiny je možno použít krátký vstup hry na bubínek, meditační techniky reflektující dynamiku a energii skupiny a mnoho dalších.

Pro dobrý závěr celé pouti je vždy nutný závěrečný komunikační kruh tak, aby všichni měli prostor sdělit své prožitky a pocity, případně poznání, které jim společný den přinesl. Opět je nutná atmosféra plné akceptace s vědomím, že nic z toho, co bude řečeno, není hloupé a vše je v pořádku. Závěrečný komunikační kruh celý den uzavírá a částečně rozhoduje o tom, co v člověku zůstane jako poslední, někdy i nejdůležitější poznatek.

Pro mnoho lidí se společný den lidí zdravých a handicapovaných může jevit jako silný emoční zážitek a je třeba, aby měli dostatek prostoru vše si v sobě navnímat a urovnat. I proto je důležité, aby v závěrečném kruhu průvodce zrekapituloval všechny

významné situace a prožitky, kterých byl svědkem. Tímto shrnutím napomůže tomu, aby si všichni odnesli jakýsi ucelený dojem z celého dne. Průvodce má za úkol dát všechny důležité aspekty do smysluplného celku pro každého z účastníků. Vzhledem k tomu, že každý nemohl být účasten všech situací v interakci se všemi účastníky, dává závěrečný kruh také cennou možnost zpětně si vše uvědomit a začlenit do skládanky celého dne.

Je nepochybné, že osobnost průvodce je naprosto zásadní pro dobrý průběh celé pouti. Ovlivňuje výsledek i proces celého společenského, socializačního a sebe-rozvojového potenciálu metody společné doprovázené pouti. Mezi základní schopnosti a dovednosti dobrého průvodce patří:

- Integrita osobnosti
- Základní psychologické znalosti
- Základní dovednosti z oblasti koučinku a osobnostního či sociálního výcviku
- Základní povědomí o různém druhu handicapu
- Empatie
- Komunikační dovednosti
- Znalost přírody a fyzická zdatnost

Při dodržení metodiky a volbě dobrého průvodce si dovolím konstatovat, že metoda společné doprovázené pouti je vhodná nejen v rámci socializačního procesu v rámci společenství lidí s handicapem s lidmi zdravými. Ale vnímám ji jako velmi vhodnou a přínosnou i pro práci s dalšími rizikovými skupinami společnosti. Může jít o problémovou mládež, skupiny lidí ohrožených sociálním vyloučením (například lidé odcházející z dětských domovů do života) nebo o skupiny seniorů překračujících hranici produktivního a důchodového věku. I tato skupina lidí se často cítí vyčleněna ze společnosti.

Metoda společné doprovázené pouti je jistě využitelná i v oblastech práce s dětmi, kdy prohloubí nejen sounáležitost věkově diverzitivní skupiny dětí, ale také sounáležitost s přírodou, což je významné téma dnešní doby.

## Seznam literatury

CAKIRPALOGLU, Panajotis. *Úvod do psychologie osobnosti*. Praha: Grada, 2012. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-4033-1.

HÄNNI, Pier. *Putování krajinou k místům síly a posvátným kamenům: místa odpočinku, inspirace a léčení si každý může najít sám*. Olomouc: Fontána, 2010. ISBN isbn978-80-7336-607-0.

HELUS, Zdeněk. *Úvod do psychologie: učebnice pro střední školy a bakalářská studia na VŠ*. Praha: Grada, 2011. Psyché (Grada). ISBN isbn978-80-247-3037-0.

KOUKOLÍK, František. *Sociální mozek*. V Praze: Karolinum, 2006. ISBN 80-246-1242-9.

KRAUS, Blahoslav a Věra POLÁČKOVÁ. *Člověk - prostředí - výchova: k otázkám sociální pedagogiky*. Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-004-2.

KRAUS, Blahoslav. *Základy sociální pedagogiky*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-262-0643-9.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie moudrosti a dobrého života*. Praha: Grada, 2009. Psyché (Grada). ISBN isbn978-80-247-2362-4.

NAKONEČNÝ, Milan. *Motivace lidského chování*. Praha: Academia, 1996. ISBN isbn80-200-0592-7.

PANČOCHA, Karel. *Postižení jako axiologická kategorie sociální participace*. Brno: Masarykova univerzita, 2013. ISBN 978-80-210-6344-0.

PELIKÁN, Jiří. *Výchova pro život*. 2. přeprac. a rozš. vyd. Praha: ISV nakladatelství, 2004. Pedagogika (ISV). ISBN 80-85866-23-4.

PLOTKIN, Bill. *Soulcraft - síla duše: brána do mystérií přírody a psychiky*. Praha: Maitrea, 2011. ISBN 978-80-87249-25-3.

PLOTKIN, Bill. *Příroda a lidská duše: kultivace celistvosti a společenství v roztržitém světě*. Praha: Maitrea, 2013. ISBN 978-80-87249-57-4.

PROCHÁZKA, Miroslav. *Sociální pedagogika*. Praha: Grada, 2012. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-3470-5.

SMĚKAL, Vladimír. *Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadle vědomí a jednání*. 2., opr. vyd. Brno: Barrister & Principal, 2004. Studium (Barrister & Principal). ISBN isbn80-86598-65-9.

ŠELNER, Ivo. *Fenomén člověk s postižením*. Olomouc: Caritas - Vyšší odborná škola sociální Olomouc, 2012. ISBN 978-80-87623-06-0.

ŠVARCOVÁ-SLABINOVÁ, Iva. *Mentální retardace: vzdělávání, výchova, sociální péče*. Praha: Portál, 2000. Speciální pedagogika (Portál). ISBN 80-7178-506-7.

ŠVAŘÍČEK, Roman a Klára ŠEĎOVÁ. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál, 2007. ISBN isbn978-80-7367-313-0.

ÚLEHLA, Ivan. *Umění pomáhat: učebnice metod sociální praxe*. Praha: Sociologické nakladatelství, 1999. Studijní texty (Sociologické nakladatelství), sv. 20. ISBN 80-85850-69-9.

VÁGNEROVÁ, Marie a Zuzana HADJ-MOUSSOVÁ. *Psychologie handicapu*. Vyd. 2. opr. Liberec: Technická univerzita v Liberci, 2003. ISBN 80-7083-765-9.

VANIER, Jean. *Cesta k lidství*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-805-8.

## **Seznam elektronických zdrojů**

Jan Bím [online]. [cit. 2018-01-04]. Dostupné z: <http://www.janbim.cz/>

## **Seznam obrázků a tabulek s uvedením názvů**

### **Seznam tabulek**

Tabulka č. 1: : Klasifikace IQ podle Wechslera (Švarcová, 2006)..... 23

### **Seznam obrázků**

Obrázek č. 1: Sociální model dle Pančocha (2013) ..... 17



## **Seznam příloh**

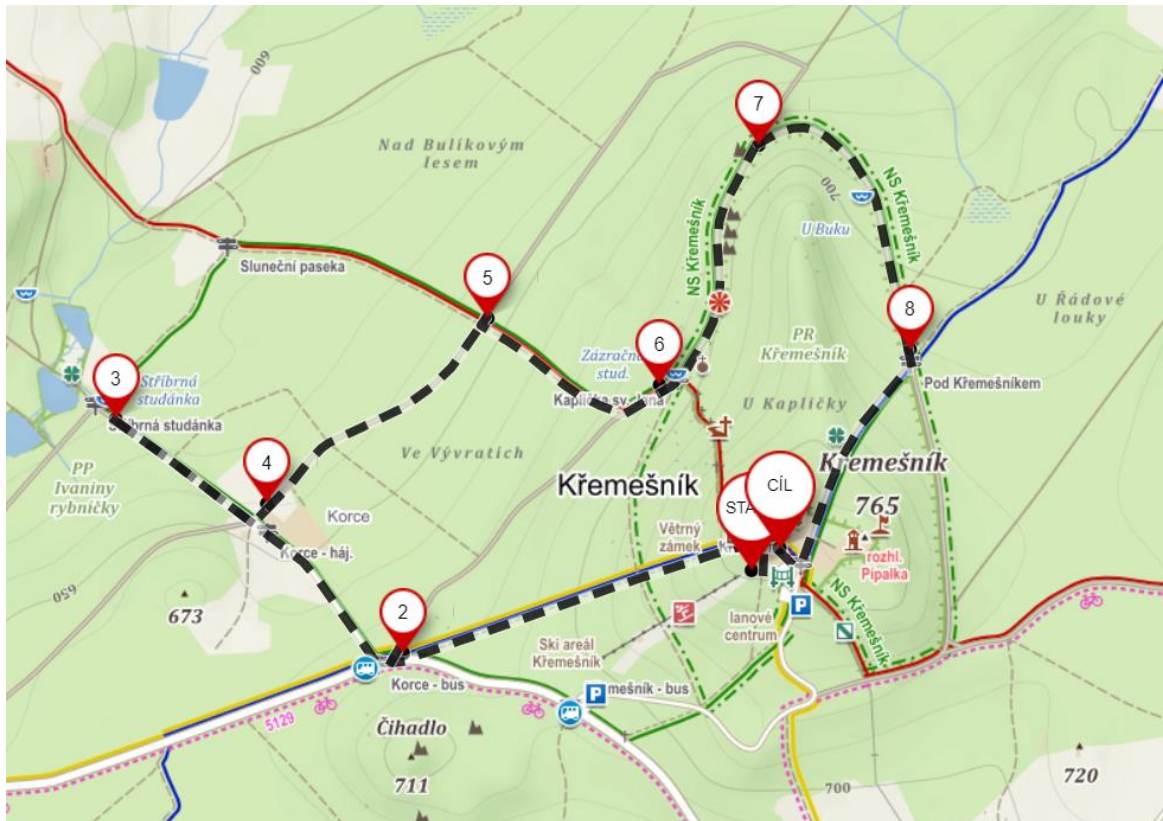
Příloha č. 1 Mapa trasy

Příloha č. 2: Rozhovory se zdravými účastníky pouti

# Přílohy

## Příloha č. 1: Mapa trasy

Obrázek č. 2 – mapa trasy



Zdroj: [www.mapy.cz](http://www.mapy.cz)

## **Příloha č. 2: Rozhovory se zdravými účastníky pouti**

### **Rozhovor č. 1 - paní Jana**

**Dobrý den, Jano, těší mě, že jste přijala pozvání ke společnému rozhovoru o pouti.**

Dobrý den, ráda. (úsměv)

**Co Vás vlastně na pouť přivedlo?**

Hlavně to byla zvědavost. Chtěla jsem vědět, co to vůbec je. Také jsem se chtěla potkat s novými lidmi a s lidmi s podobným smýšlením a zájmem o poznání. A to jsem měla pocit, že tady potkám.

**Jak tedy hodnotíte den strávený společně s lidmi, kteří se pouti zúčastnili?**

Byl to moc příjemný a pro mě plnohodnotně strávený den. Slyšela jsem hodně zajímavého vyprávění a cítila jsem hodně sounáležitosti. Ze všech těch hovorů si odnáším spoustu postřehů pro své vlastní situace a svůj život.

**V čem je pro Vás společný čas s handicapovanými lidmi jiný?**

Víte, už nějakou dobu se občas s takovými lidmi potkám, tak to pro mě nebylo tak úplně novinka. Každopádně ve společně stráveném čase s handicapovanými lidmi postřehneme, že si nestěžují, nezatěžují se malichernostmi, neztrácejí naději a humor. I přes svůj handicap se snaží žít plnohodnotný život, jak nejlépe dovedou. Jsou mi inspirací.

**Co Vás na pouti překvapilo?**

Nemyslím, že by mě něco překvapilo. Spíš je vidět, že je možné překonávat handicap, překážky a sami sebe.

**Co Vás na pouti zklamalo?**

Nic takového si nevybavuji. (úsměv)

**Jaké zásadní momenty si pro sebe odnášíte?**

Asi nejvíc.....sounáležitost s ostatními poutníky, okolní přírodou a celkové zklidnění.

### **Změnila pout' nějak Vaše vnímání sama sebe a vnímání potřeb druhých lidí?**

Myslím si, že pout' může změnit naše vnímání sebe sama. Ale řekla bych, že je to spíše o dlouhodobějším putování. Na pouti je možné vnímat potřeby druhých lidí, to jsem cítila intenzivně. Ty jsou však vzhledem ke své originalitě každého jedince velice individuální.

### **Změnila pout' Váš pohled na lidi s handicapem?**

Vnímám jako obdivuhodné, s jakou vnitřní silou lidé s handicapem překonávají mnohé překážky. Přijetí a zařazení těchto lidí do společnosti a běžného života by mělo být vnímáno jako samozřejmé.

### **V čem je pro Vás doprovázená pout' jiná než běžná procházka v přírodě?**

Je to o hodně jiné, než obyčejná procházka. Už jenom ten záměr .... běžné životní tempo, shon se na doprovázené pouti na chvíli zastaví. Dochází k propojení lidí a jejich příběhů. Všechno se prolíná se slovy průvodce a stanovených záměrů pouti. Pout' mi přinesla klid, porozumění a pochopení.

### **Děkuji za Váš čas.**

A já děkuji za pozvání.

## **Rozhovor č. 2 - paní Růžena**

**Dobrý den, Růženo, jsem moc ráda, že se můžeme potkat a popovídat o proběhlé pouti.**

Dobrý den, to není problém, ráda všechno posdílím.... (úsměv.)

**Co Vás vlastně na pout' přivedlo?**

Na doprovázenou pout' mě v první řadě přivedla touha poznat Jana Bíma a této akce v jeho společnosti se zúčastnit. Bylo pro mne lákavé hlavně to, že se jednalo o krátkou pout', dokonce blízko mého bydliště. Přítomnost handicapovaných lidí mi dávala jistotu, že to také fyzicky zvládnu.

**Jak tedy hodnotíte den strávený společně s lidmi, kteří se pouti zúčastnili?**

Společně strávený den hodnotím velice pozitivně, aniž bych přemýšlela o tom, jestli se zúčastnili handicapovaní, nebo zdraví lidé. Cítila jsem, jakoby tu byla trochu slavnostní, radostná atmosféra. Dosud jsem neměla příležitost strávit nějaký čas s handicapovanými lidmi, ale neměla jsem pocit, jakoby to bylo nějak hodně odlišné proti dnu strávenému se zdravými lidmi. Asi to nedokážu přesně formulovat, ale zdálo se mi to prostě normální.

**V čem je pro Vás společný čas s handicapovanými lidmi jiný?**

Překvapila mě ta příjemná atmosféra. Přesto, že to někteří z nás mají o mnoho těžší, neřešily se žádné zbytečné problémy, nedošlo k žádným sporům a nedorozuměním. Například ten prudký déšť by pro mnohé z mých dosavadních známých a přátel byl důvodem k předčasnému ukončení akce. Tady nic takového asi nikoho nenapadlo, a navíc přišlo to úžasné pozvání do hájovny. Něco takového jsem ještě nezažila.

**Je něco, co Vás na pouti překvapilo?**

Nevím o ničem, co by mě překvapilo. Líbilo se mi to, že si povídal každý s každým, občas došlo i na osobnější rozhovory. Myslím, že i k tomu přispěla atmosféra pouti.

**Co Vás na pouti zklamalo?**

Na pout' jsem šla bez jakýchkoliv očekávání a tedy mě nic nezklamalo.

**Jaké zásadní momenty si pro sebe odnášíte?**

Jeden ze zásadních momentů pro mě je to, že když člověk není líný a zajímá se o dění kolem sebe, může prožít nečekaný zážitek a poznat nové, zajímavé lidi.

**A toto se Vám podařilo, máte pocit, že jste poznala zajímavé lidi?**

Ano, to stroprocentně.

**Změnila pouť nějak Vaše vnímání sama sebe a vnímání potřeb druhých lidí?**

Asi to bude znít otřepaně, ale skutečně jsem si uvědomila, že hodně času a energie věnuji nedůležitým věcem a zbytečným starostem, zatím co spousta lidí se musí naučit žít s postižením, spousta rodičů se musí smířit s tím, že jejich dítě bude mít daleko těžší život než ostatní. Vím, že postižení nepotřebují lítost, přesto se nemůžu určité lítosti ubránit. Pout' mi ale ukázala i handicapované lidi za hranicemi všedních dnů, veselé a radostné, přála bych jim takových dnů co nejvíc.

**V čem je pro Vás doprovázená pouť jiná než běžná procházka v přírodě?**

Doprovázená pouť má pro mě trochu jiný význam, než obyčejná procházka, skutečně cítím hlubší duchovní rozměr. Nedokážu to lépe popsat, ale prostě tam vnímám něco hlubšího a většího.

**Děkuji za Váš čas.**

Já děkuji za možnost se zúčastnit takové akce.

### Příloha č. 3: Vyhodnocení rozhovorů

#### Zdraví informanti

Kategorie	Kódy
Poznání	Noví lidé, nová místa, techniky osobního rozvoje
Prožitky	Fyzická aktivita, život lidí s handicapem, nečekané zážitky v kontinuitě s celým dnem
Atmosféra	Sounáležitost, klid a porozumění, příjemná atmosféra, důvěra a sdílení
Sociální aspekty	Komunikace, nové vztahy, hodnoty, altruismus, pocit vlastní užitečnosti, pocit smysluplnosti
Kumulace aspektů	Pohyb + příroda + společnost + duchovní přesah

*Zdroj: vlastní*

#### Handicapovaní informanti

Kategorie	Kódy
Poznání	Noví lidé, nová místa
Prožitky	Zvládnutí delší fyzické aktivity, překonávání překážek, nečekané zážitky v kontinuitě s celým dnem
Atmosféra	Sounáležitost, klid a porozumění, příjemná atmosféra, podpora, respekt a přijetí
Sociální aspekty	Komunikace, nové vztahy, chuť se zlepšovat, sebedůvěra
Kumulace aspektů	Pohyb + příroda + společnost + duchovní přesah

*Zdroj: vlastní*