



Adaptační kurz jako první krok k prevenci

Martina Blažková

České Budějovice 12.9.2025



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education



Adaptační kurz

- X Seznamovací kurz
- Cíle (např. Jirásek, 2019):
 - zajistí seznámení a velmi dobré poznání všech jednotlivců;
 - integruje každého člena do skupiny a posílí týmovou soudržnost;
 - zabezpečí porozumění jednoho druhému;
 - naučí účastníky spolupráci;
 - odhalí schopnosti a dovednosti jedince i skupiny;
 - umožní jedinci nalézt své místo ve skupině;
 - vycvičí v dovednostech týmové práce;
 - umožní rozvinout skupinové role;
 - posílí efektivní komunikaci;
 - napomůže komplexnímu rozvoji žáků;
 - předejde výskytu nežádoucích jevů (šikana, kriminalita, alkoholismus, rasismus, ...);
 - umožní učiteli získat lepší přehled o fungování třídy.
- Co je na AK jinak, než ve škole?

Adaptační kurz a prevence: hledání pojítek

- Cíl:
 - Popsat přínosy adaptačního kurzu z perspektivy lektorů, pedagogů a účastníků (žáků)
- Respondenti:
 - Třídní učitelé, výchovní poradci, metodici prevence, instruktoři kurzů, metodička AK, účastníci kurzů (gymnázium, SŠ)
- Způsob získání dat:
 - Rozhovor
 - Skupinový rozhovor
 - Dotazníky (nedokončené věty)

Identifikovaná témata

- Účastníci:
 - Vnější vlivy
 - Osobnost
 - Skupina/kolektiv
- Třída/kolektiv:
 - Vztahy
 - Klima
- Škola:
 - Benefit pro školu
 - Je omezující
 - Návaznost
- Učitelé:
 - Benefit pro učitele
 - Osobnost učitele
- Externí organizátor
- Efekty kurzu:
 - Prostředí
 - Preventivní
 - Osobnostní a sociální
 - Skupinové
- Program kurzu/dramaturgie:
 - Instruktor
 - Nastavení kurzu
 - Prožívání účastníka

Vnější vlivy

- Rodinné zázemí
- Komunikace a spolupráce rodiny
- *Vzpomíná si na situaci, kdy nějaké dítě mělo dietu, tatínek dítěti přivezl krabičky s jídlem nebo jiní rodiče sami upozorní na to, že jejich dítě je takové a takové a je třeba si dávat pozor.*
- *Na kurzu se také projeví dopady nějaké neúplné nebo rozpadlé rodiny nebo i další problémy, které jsou z rodiny.*
- *V primě měli jednoho žáka, který nechtěl být v žádné skupině, nechtěl nikde pracovat, mlátil hlavou do dveří a jí se zdálo, že má autistické sklony, že to není samo o sobě. Půl roku jim trvalo, než to maminka byla ochotna akceptovat.(...)*

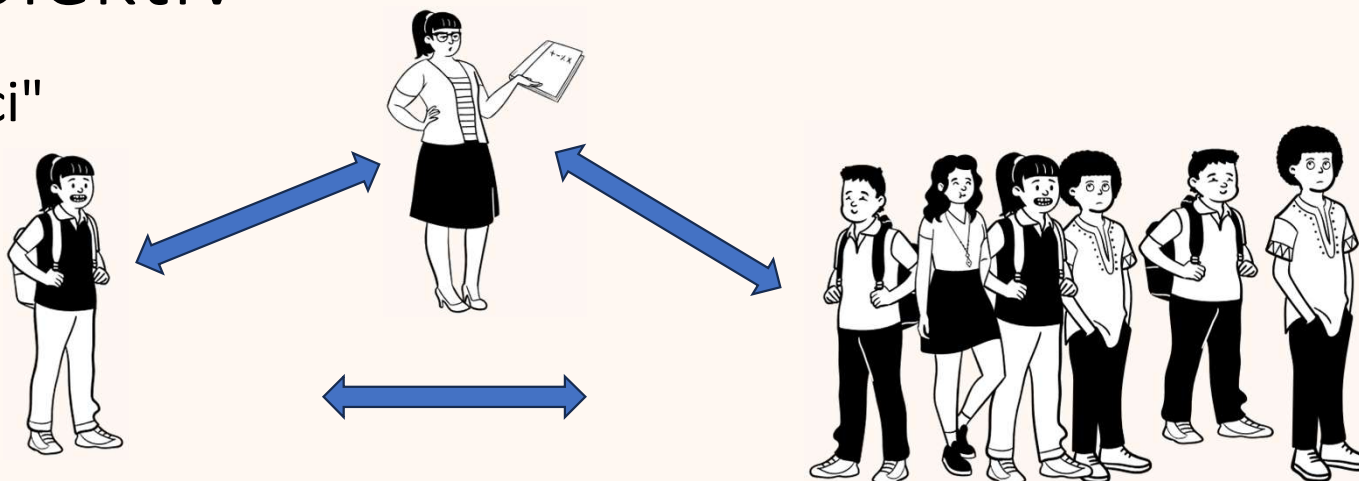
Osobnost

- Odkrytí obav
 - Silné/slabé stránky
 - Odhaluje osobnost žáků
 - Šance pro specifické
-
- *Kurz jí pomohl v tom, že poznala charakter dětí mimo školu tak, jak by je ve škole nepoznala. Například u jedné studentky věděla, že k ní bude muset dát někoho, kdo bude klidný a povede jí.*
 - *Díky kurzu jim děti o sobě hodně sdělí. Když někdo v hodnocení dává samé mínus, tak buď chce být zajímavý, nebo byl opravdu hodně nešťastný. Dává to ale prostor pro osobnostně sociální rozvoj.*
 - *Často se stane, že třeba když tam mají hrát volejbal s učiteli, tak začnou chodit na volejbal, začnou cvičit a ukáže se, že nejsou tak špatní. A když je někdo pochválen, tak jim to může pomoci se začlenit do nějaké skupiny, jiné, než jenom do třídy, třeba do toho volejbalového týmu, nebo se zjistí, že dobře běhají, tak začnou v atletice.*
 - *Uvědomuje si, že bez kurzu by si ostatní řekli "on je dobrej na matiku, ale jinak je to takovej trnda". Ale když pak při nějaké hře běhají, někdo vymýšlí strategii, tak se začnou mezi sebou respektovat (...).*

Třída/kolektiv

- "neúčastníci"

-



- *Vnímá kurz jako jedinečnou příležitost nastartovat vztah, do jaké míry budou studenti věřit učiteli, do jaké míry mu budou věci otevřeně říkat, do jaké míry si vybudují důvěru a jak budou brát vážně to, co jim říká.*
- *Z pohledu učitele se podle ní dítě, které na kurzu nebylo, těžko zařazuje do skupiny, dlouho to trvá a je takové neviditelné.*
- *Jako důležitý vnímá kontakt s učiteli. Na kurzu se setkají v jiné roli než ve škole a to jim může pomoci v dalším kontaktu ve škole. Například když pak potřebují řešit nějaké svoje osobní problémy, tak ví, že s učitelem mohou mluvit i o jiných věcech, než jen jaká bude známka z matematiky.*

Učitel

- Poznat a být poznán
- "Učitel je taky člověk"
- *Zná příklady toho, kdy si třída nového učitele zamilovala a má zpětnou vazbu i o tom, že ten vztah fungoval i na velmi osobní rovině. Žáci chodili za učitelem se vším, co se dělo. Zároveň si organizovali nějaké programy i nad rámec školy, společně organizovali třeba Vánoce, školní výlet. Ten třídní učitel byl součástí té třídy.*
- *Při tvorbě pravidel někdy žáci řeknou, že nechtějí, aby ve třídě byla šikana. Díky tomu jsme se dozvěděli, že žák chodil předtím do školy, kde šikana byla a třeba i byl šikanovaný. Třídní se tak leccos dozví, třeba o pohnutkách, proč šli na gymnázium nebo i o tom, kam by radši jeli na dovolenou.*
- *V našem pojetí, my se je snažíme motivovat, aby se účastnili těch aktivit prvního dne, kdy jsou vlastně jako seznamovací, kdy i pro toho učitele je to snazší cesta se naučit jména, když se účastní těch povídacích aktivit, kdy o sobě sdělují nějaký informace, tak je to taková ta rovina „pan učitel je taky člověk“, je to hrozně atraktivní.*
- *Nemá pocit, že by bylo její rolí nebo někoho z instruktorů zasahovat do nastavení mezi třídním učitelem a studenty. Každý si je pouští k tělu jinak, má jinou míru otevřenosti. Uvědomuje si, že do toho zasahovat nemůže. Odvíjí se ale od toho také jejich zájem účastnit se na aktivitách.*

Škola

- "Guerilla akce" x
- Návaznost
 - Péče o kolektiv
 - Třídnické hodiny
 - ...pravidelnost, vztahy, aktuálnost
- *Primy osmiletého gymnázia pak za rok jedou na školu v přírodě, která je napůl škola v přírodě, napůl návaznost na adapták, kdy si zažijí aktivity à la adapták a oživují si, co absolvovali před rokem. Vždycky je tam nějaké téma, které se ve třídě aktuálně děje.*
- *Společné vedení třídnických hodin je forma návaznosti na adapták, kdy na kurz postupně odkazují, a je to něco, kdy má třída v rámci třídnických hodin šanci zažít podobný systém, jak spolu komunikovat jako na adaptačním kurzu. Jednou za měsíc mají možnost sednout si do kroužku a říct, jak se mají, co se děje, protože v běhu školního roku na to běžně není čas. To vnímá jako smysl třídnických hodin, jako smysluplnou návaznost na adapták. Zároveň je to i metodická podpora učitelů, kteří nevědí, jak pracovat s třídnickými hodinami. Ze začátku vede hodiny v návaznosti na adapták, postupně si to pak předává s dalším učitelem. Větší gró práce je tam konzultace s učitelem, jak s tímto prostorem naložit.*

Efekty kurzu: skupinové

- Vůdčí osobnosti kolektivu **x** vyčlenění žáci
- Skupinová koheze
- *Vnímá, že vysledování vůdčích osobností, které se ukáží při hrách, pak může využít i ve škole a korigovat je.*
- *Uvědomuje si, že nejvíce vidíme ty nejvýraznější, vůdčí typy, i to, jak se vyvine postavení ve třídě. Mnohdy je to jen otázka času, kdy výrazný projev spolužákům začne lézt na nervy. Myslí si, že snáz jde upozornit na ty, o které má v kolektivu obavu, a je potřeba věnovat větší pozornost tomu, jak jsou zapojeni.*
- *Pro vzájemné spolužití ve třídě vnímá jako zásadní to, že děti poměrně rychle vědí, co od sebe mohou čekat.*
- *Je to obrovský rozdíl. Přijeli jsme a neznali se, odjíždíme se společnými zážitky a přátelstvím.*
- *Před: Nikdo o nikom nic nevěděl. Po: Lidi, kteří se baví a jsou k sobě upřímní.*
- *Se z nás stal skvělý kolektiv a i přes veškeré neshody, které jsme měli nebo máme, se vždy nakonec shodneme. Lepší kolektiv jsem nikdy neměla.*
- *Skupina lidí, kteří spolu dobře vycházejí a táhnou za jeden provaz, když je potřeba; jsou rozděleni na skupiny, ale není zde rivalita.*

Efekty kurzu: Preventivní

- Odstranění obav a bariér
- Diagnostika problémů, skupiny, specifických potřeb
- *Vnímá, že kdyby se problémoví žáci účastnili kurzu, byli by na jejich situaci jako učitelé více připravení, a žáci taky. U malých dětí vnímá kurz v této podobě (výjezdový, pozn.) jako nutný.*
- *Vzpomíná si na situaci, kdy na kurzu byla účastnice jiného etnika. Setkali se u ní s tím, že brečela, protože je jiná a obávala se toho, že ji ostatní nepřijmou mezi sebe. Už na kurzu se ukázalo, že ona toto těžce prožívá.*
- *Role třídního učitele je hlavně pozorovací, aby vnímal třídu, aby o ní společně diskutovali. To si myslí, že má velkou cenu.*
- *Učitel je na kurzu velkou částí jako pozorovatel. I v situacích, kdy třída má něco společně řešit, na něčem se domlouvat, tak prosí učitele, aby do procesu nezasahovali a spíš jen pozorovali.*

Co funguje...

...v prevenci

- Komplexnost a kombinace mnohočetných strategií
- Dlouhodobá a kontinuální
- Provázanost programů

- V malých skupinách
- Aktivní účast
- Využití "peer prvku"

...na adaptačním kurzu

- Koordinovaná spolupráce TU + lektor + MP/VP + Šk. psych + ...
- AK to všechno začíná - návaznost!
- Program blízký věku/světlu žáků - vztah!
- Malé i velké, hlavně různé (pestrost)
- NE přednášky, ale aktivity
- Využití "peer prvku" - starší žáci

Co funguje...

...v prevenci

- Jasný a strukturovaný program
- Kontext programu
- Denormalizace

...na adaptačním kurzu

- Předem stanovené cíle dle potřeb účastníka
- I rodiče a škola jsou součástí reality žáky
- Zde se nastavuje "norma"

Výstup: metodická ne/doporučení

- Žák v centru
- Žák a jeho kontext (potřeby, rodina, zázemí, minulost)
- AK dává možnost poznat a být poznán, žákům i učitelům
- Program pestrý a blízký
- Koordinovaná spolupráce
- Mysleme na návaznost ve škole
- Peer prvek

Děkuji za pozornost

- Blažková, M. (2024). *Adaptační soft-skills: sociální dovednosti rozvíjené adaptačním kurzem* [Disertační práce]. Masarykova univerzita.
- Dubec, M. (2007). *Adaptační (stmelovací) soustředění: Kurz osobnostní a sociální výchovy pro žáky 6. ročníků ZŠ a primy gymnázia*. Projekt Odyssea.
- Jirásek, I. (2019). *Zážitková pedagogika*. Portál.
- Kalkusová, L. (2020). *Přínos adaptačního kurzu pro rozvoj sociálních vztahů ve školních třídách* [disertační práce]. Univerzita Karlova.
- <https://www.adiktologie.cz/co-v-primarni-prevenci-funguje-aneb-zasady-efektivni-prevence>