



SVATAVA ŠIMKOVÁ - SLUNÍČKO, JIŘÍ ZAJÍC - EDY

# *Můj kamarád*



Metodika ke skautské stezce

# Úvod

Psát o *kamarádství* – skautům a skautkám. Není to opravdové nošení dříví do lesa? Pokud se prakticky všichni na něčem shodnou, pak na konstatování, že na skautingu je nejkrásnější i nejcennější to, že v něm člověk nachází kamarády a kamarádky na celý život. Dá se k tomu vůbec něco nového nebo aspoň podnětného přidat?

Kupodivu si myslíme, že ano. Tohle je pátá z metodických příruček určených hlavně pro ty z vás, kteří se přímo v oddílech pokoušíte vést kluky a děvčata po skautské stezce – podle nových „stezek“. A tam jsme si na vás i na ně před časem vymysleli nejrůznější aktivity, jejichž plněním by měli ve svém životě co nejlépe rozvinout schopnost vytvářet kvalitní, krásné lidské vztahy. Příručka, kterou jste právě otevřeli, by vám měla pomoci ještě lépe pochopit, proč si myslíme, že zrovna tyto aktivity by k tomu mohly vést, případně jaké jiné aktivity by se daly vymyslet, aby vedly ke stejnému cíli. A nejen pochopit, ale třeba vás i povzbudit a nabídnout vám nějakou inspiraci, jak by se u vás v oddíle daly tyto aktivity proměnit ve skutečně zajímavou a přitom účinnou formu, jak opravdu posouvat schopnosti „vašich“ skautů a skautek k tomu, co jim jistě přejete i vy: aby z nich byli šťastní lidé, protože dokážou činit šťastnými i ostatní.

Pak je tu ještě druhý důvod, proč si myslíme, že by vám mohla tahle publikace pomoci. Po krásných vztazích touží prakticky všichni. Ale výsledky v reálných vztazích tomu neodpovídají. Kam se podíváte, skoro samý karambol. Člověk by mohl snadno zmalomyslnět, ztratit odvahu i naději. A právě od toho bychom vás chtěli uchránit. Povzbudit vás naopak k důvěře, že dobré vztahy nejsou iluzí. Že služba Pravdě a Lásce k nim opravdu vede. Na tuto cestu vám dáváme nejen nějaké „rady“, ale i svou důvěru, že to můžete dokázat.

*Sluníčko a Edy*

P.S.

V celé publikaci máme na mysli jak děvčata, tak chlapce, jak ženy, tak muže. Pokud se na tebe obracíme jako na muže – a ty jsi žena, je to jen proto, že je zpravidla taková forma kratší. Doufáme, že nám to promineš 😊.

# Obsah

ÚVOD .....	1
MALÝ TAHÁK K NOVÉMU PROGRAMU .....	3
Výchovné kategorie .....	3
C.1 – VZTAHY MEZI LIDMI .....	6
Jsme jedné krve – ty i já .....	7
Metodika – aneb jak na to .....	7
Pohled na jednotlivé výchovné kategorie .....	24
Konkrétní aktivity stezky .....	27
C.2 – MOJE VZTAHY .....	40
Jediné skutečné bohatství .....	41
Metodika – aneb jak na to .....	42
Pohled na jednotlivé výchovné kategorie .....	47
Konkrétní aktivity stezky .....	50
C.3 – KOMUNIKACE MEZI LIDMI .....	63
Komunikace jako cesta ke společenství .....	64
Metodika – aneb jak na to .....	64
Pohled na jednotlivé výchovné kategorie .....	72
Konkrétní aktivity stezky .....	74
C.4 – POMOC DRUHÝM .....	84
Co se děje jednomu, děje se všem .....	85
Metodika – aneb jak na to .....	85
Pohled na jednotlivé výchovné kategorie .....	91
Konkrétní aktivity ve stezce .....	94
HRY A PROGRAMY .....	103
KAŽDÝ MÁ SVÉ BOHATSTVÍ .....	104
SEMAFOR .....	108
NON VERBUM .....	110
CESTA ŽIVOTEM .....	112
PŘÍLOHY .....	115
NEJČASTĚJŠÍ KOMUNIKAČNÍ TRIKY A MOŽNÁ OBRANA .....	116
ASERTIVNÍ TECHNIKY .....	118
KRITIKA .....	120
HODNOCENÍ VÝCHOVNÝCH VÝSLEDKŮ .....	121
Osobní růst a jeho hodnocení .....	122
LITERATURA .....	127
O AUTORECH .....	128



## Malý tahák k Novému programu

Stežce, práci s ní a souvislostem Nového programu se věnuje příručka *Jak pracovat se stežkou*, zde proto uvádíme jen minimum nezbytné pro porozumění dalšímu textu.

### VÝCHOVNÉ KATEGORIE

Výchovná kategorie	Hlavní změna oproti předchozí kategorii	Orientační věk	Odpovídající stupeň školy
<b>Předškoláci (pozor, včetně 1. třídy!)</b>		5–7 let	Školka + 1. třída ZŠ
<b>Světlušky a vlčata</b>	Naučí se číst	8–10 let	1. stupeň ZŠ (bez 1. třídy)
<b>Mladší skautky a skauti</b>	Počátek abstraktního myšlení	11–13 let	2. stupeň ZŠ
<b>Starší skautky a skauti</b>	Změna motivace – hlavní je parta	14–15 let	2. stupeň ZŠ
<b>Mladší rangers a roveři</b>	Přechod na střední školu	16–18 let 	Střední škola
<b>Starší rangers a roveři</b>	Přechod na vysokou školu	nad 19 let	Vysoká škola

V rámci Nového programu se objevuje pojem *výchovné* kategorie. Pozor, neznamená totéž, co doposud užívané *věkové* kategorie (tedy světlušky, skauti, roveři atd.), a nijak nesouvisí s organizací oddílů. Jsou podstatné pro vyjádření faktu, že děti se v těchto fázích života od sebe odlišují, a tuto odlišnost je třeba vzít v úvahu při tvorbě programu.

## Jak plnit jednotlivé body skautské stezky

V zásadě jsou možné tři cesty.

### Přímé plnění

Skauti či skautky si vyberou (s pomocí vůdce/vůdkyně či dalších kompetentních osob) aktivitu a tu plní způsobem, který si sami určují. Typické je to pro aktivity, které se dají dobře plnit doma nebo jinde mimo oddílové akce (ve škole, ve sportovním klubu apod.). Jako příklad můžeme uvést aktivitu z Cesty Vzduchu, bod *Praktický život*, která zní „Po dohodě s rodiči se doma naučím zacházet s jedním nebo několika spotřebiči a budu je pravidelně používat, abych pomohl rodičům“, pro kterou se dítě rozhodne a samostatně ji splní.

### Přímé plnění s přípravou

Přímé plnění s přípravou je částečně v rukách vedoucího, který před výběrem aktivit zařadí program, v němž dětem umožní lépe porozumět danému bodu tak, že pak budou schopné vybrat si vhodnou aktivitu. Program k vybranému bodu stezky zařadíme před plněním také v případech, když je pro splnění bodu nutné zjistit výchozí pozici, ze které se budou zlepšovat.

Příkladem prvního použití přímého plnění s přípravou je aktivita z Cesty Vody, bod *Zručnost*: Budu bezpečně používat vybrané nástroje (např. nůž, sekeru, šicí náčiní, ...) a udržovat je v bezvadném stavu. Nejdříve skaut/skautka musí vědět, jak mám bezpečně nástroje používat a jak se o ně správně starat, a teprve pak se bude snažit to dodržovat.

Příkladem druhého použití přímého plnění s přípravou je aktivita z Cesty Ohně, bod *Fyzická zdatnost*: Zlepším svůj výkon ve dvou sportovních disciplínách, které si předem zvolím. Kdy nejprve musí skaut/skautka zjistit současný stav svého výkonu, aby měl/a možnost porovnání, jak se jeho/její výkon mění během plnění aktivity.

### Nepřímé plnění

Nepřímým plněním skautské stezky se myslí zařazení programu, kterým si mohou jeho účastníci splnit aktivitu (několik aktivit) ze stezky. Účastníci ani předem nemusejí vědět, že v programu tuto šanci dostávají. Je ale nezbytné, aby při tomto způsobu plnění následovalo zhodnocení toho, jak se komu podařilo tu či onu aktivitu splnit. Zhodnocení je uzavřeno poskytnutím zpětné vazby o úspěšnosti/neúspěšnosti plnění ze strany „potvrzovatelů“. Téměř v každém bodu najdeme celou řadu aktivit, které se dají splnit tímto způsobem. Příkladem může být simulace přivolání první pomoci v bodě *Bud' připraven* z Cesty Země.

Tyto tři způsoby plnění stezky se budou v oddíle střídát, protože pro různé aktivity jsou vhodné různé způsoby plnění a způsob, který se hodí pro jednu aktivitu, může

být zcela nevhodný pro další. Následující tabulka pomůže přiblížit situaci v oblasti „Co umím a znám“.

	PŘÍMÉ PLNĚNÍ	PŘÍMÉ PLNĚNÍ S PŘÍPRAVOU	NEPŘÍMÉ PLNĚNĚN
<b>C.1 Vztahy mezi lidmi</b>			
<b>C.2 Moje vztahy</b>			
<b>C.3 Komunikace mezi lidmi</b>			
<b>C.4 Pomoc druhým</b>			



## C.1 – Vztahy mezi lidmi



### Výchovné cíle

- ▶ Dokáže správně vnímat druhé lidi.
- ▶ Chce s druhými lidmi vytvářet pěkné vztahy.
- ▶ Chápe pravidla, která k vytváření pěkných vztahů vedou.
- ▶ Ví, čím sám může účinně přispívat k vytváření dobrých vztahů.
- ▶ Dokáže řešit náročné vztahové situace.

*Chci plnit svůj slib, že budu věrně v každé době sloužit nejvyšší Lásce. Právě to tady můžu ukázat. Nejdůležitější v té službě je být správným kamarádem všem, kteří o mé kamarádství stojí. Dodržování pravidel je nutné nejen v každé hře, ale i v každém správném kamarádství a vůbec mezi lidmi, kteří se chtějí mít rádi.*

Cesta Země + Cesta Vody

*Chci, aby lidé kolem mě byli šťastní. Skauting mi k tomu nabízí účinnou cestu. Pro mě to znamená, že moje kamarádství a přátelství jsou tím nejdůležitějším, o čem teď v mém životě jde. Moje svoboda je příležitostí zvát druhé do svého přátelství a odpovídat druhým na jejich nabídky k přátelství. Všichni lidé jsou jedineční a hodnotní. Poznává se teprve tehdy, když je někdo má rád. Já se o to chci aspoň u některých pokusit.*

Cesta Vzduchu + Cesta Ohně

## JSME JEDNÉ KRVE – TY I JÁ

Smyslem tohoto bodu stezky je podpořit děti v tom, že **dobrý vztah – přátelský, láskyplný, je tou nejcennější skutečností v lidském životě**. A nezapomenutelné heslo z Kiplingovy Knihy džunglí je k tomu klíčem. Jako lidé se totiž nalézáme v této situaci: jsme na jedné straně jedinečné bytosti lišící se od všech ostatních, a současně patříme do jednoho celku s ostatními, odkázání na ně nejen při svém zrození či dětství, ale po celý čas svého života. Neodstranitelné napětí mezi **touhou po svobodě**, která nás vůči ostatním vymezuje, a **touhou po jistotě**, která nás naopak ke druhým bytostem váže, tvoří základní součást výbavy každého z nás. Tím je dána i „vstupní podmínka“, za níž se po celý život vytvářejí naše vztahy: můžeme sice více nebo méně klást důraz na jeden z těchto pólů – svobodu a jistotu – ale nikdy se nezbavíme toho, aby oba určovaly náš život, a zvláště pak naše vztahy. Ty budou vždycky pokusem, jak toto napětí překonat – tedy jak neztratit svobodu ani jistotu. Proto v reálných vztazích mezi lidmi nemůže být nikdy svoboda či jistota absolutní. O to důležitější je osvojit si takové životní postoje, dovednosti i vědomosti (zkrátka *kompetence*), které člověku umožní, aby dokázal udržovat toto napětí pod kontrolou a vytvářel tak stabilní vztahy, ve kterých jsou svoboda i jistota vyvážené.

Tímto bodem stezky se dostáváme na cestu, při níž můžeme:

- ▶ Tuto výchozí situaci našeho lidství pochopit – nese v sobě rozpor a napětí, jež se nedají jednou pro vždy „vyřešit“, a současně je právě v překonávání tohoto rozporu rozhodující hnací síla našeho vývoje.
- ▶ Přijmout tuto situaci jako výzvu k tomu, abychom dorostli ke skutečnému lidství, kdy vztahy vyrůstají z osobní svobody a současně jsou i tím prostorem, kde se právě svoboda může nejlépe uplatnit.
- ▶ Žít své vztahy tak, abychom se skrze ně opravdu stávali svobodnými ne na úkor druhých lidí, ale v souladu s nimi.

To je velký celoživotní program, který jde právě opačným směrem než dnes převládající sobecký individualismus (kde se jednotlivec prosazuje na úkor druhých), který je zase reakcí na různé podoby kolektivismu (v němž je naopak jedinečnost člověka potlačena). Skauting tak svým pojetím lidské jedinečnosti i významu společenství přináší úžasné řešení.

## METODIKA – ANEB JAK NA TO

V této části – podobně, jako tomu bylo i v dosud už vydaných příručkách k nové stezce – bychom ti měli poskytnout určitý návod, jak neminout to, co je důležité při uvádění skautů a skautek do obsahu tohoto bodu stezky. Není to tedy „kuchařka“, která ti přímo říká, co máš dělat (v této části jen tu a tam nabídneme i nějaký konkrétní programový prvek), protože tomu se budeme věnovat v další části, kde jsou všechny aktivity tohoto bodu rozebrány z hlediska smyslu a konkrétního provedení. Doufáme, že přesto tuto část jen tak neprolítneš nebo ji dokonce nepřeskočíš, abys byl už hned u těch „konkrétních“ návodů, protože pro tebe i pro „tvoje skauty“ je důležité, abys dobře rozuměl tomu, čeho vlastně chceš konkrétním programem dosáhnout a proč je to důležité. A také se zde dozvíš, jak bys měl postupovat, aby jednotlivé kroky na sebe dobře navazovaly logicky, psychologicky i metodicky. Protože pak je šance, že výsledkem bude skutečně osvojení toho, co děti pro vytváření kvalitních vztahů nutně potřebují.



## Dokáže správně vnímat druhé lidi

Lidé nejsou věci a nikdy je nepoznáme, pokud k nim nepřistoupíme jako k bytostem, které v sobě nosí tajemství. Skutečně poznat druhého člověka – to je dobrodružství na celý život. Jak si při něm počínat?

### Objevování druhých lidí

Zvláště ve městech žijeme prakticky stále mezi dalšími lidmi. Snadno se můžeme dostat do situace, kdy nás masa lidí spíš vyleká, než abychom mezi nimi zažívali setkání s těmi, kteří jsou „jedné krve“. Například když se vyhrne dav z metra, může působit spíš jako jakási záplava, která se valí prostorem, než jako skupina jedinečných lidských bytostí. Je známé, že člověk může být osamělý i v davu ostatních lidí. Navíc média, která svými neviditelnými, ale o to frekventovanějšími kanály protínají naši společnost na tisíc způsobů, mají silnou tendenci zplošťovat náš svět – a místo skutečných lidí prezentují jen jejich „nálepky“ či „masky“.

Proti tomu je nutné postavit aktivní zájem o to, jací druzí lidé doopravdy jsou. Jde o skutečné objevování (podobně jako v oblasti *Kdo jsem* jde o objevování vlastního Já). A prvním krokem k tomu je vzbudit v dětech *zájem* o takové objevování. Na něj pak má navázat rozvinutí schopnosti druhé lidi klidně *pozorovat*, bez jiného záměru, než je co nejlépe poznat, dát jim šanci, aby se skutečně mohli projevit tak, jak to odpovídá jejich bytosti. V tomto procesu je třeba osvědčit dostatek trpělivosti a jemnosti. Snadno se totiž člověk nechá svést k tomu, že hned začne vynášet o druhých *soudy* – je *takový* či *makový*, zkrátka začne dávat „nálepky“ – aniž je opravdu dobře poznal.

### Nálepkování – a odnálepkování

Aktivita vhodná pro družinu či oddíl. Nejprve *shromažďujeme* nálepky typické pro různé druhy lidí. Můžeme začít od častých předpokladů a stereotypů: „cikáni kradou“, „blondýny jsou blbě“, „kluci jsou hrubí“, „holky nic nevydrží“ apod. Starší si mohou podobné příklady najít i v médiích (například pohled časopisu *Bravo* na děvčata a chlapce). Poté je možné pokračovat „nálepkami“ vztahujícími se na oddílové prostředí: Brouček je nešika, Veverka je ufnukaná, Brkoš je vejtaha atd. Když už shromáždíme dostatek těchto (pověštinou negativních) „nálepek“, začíná druhé kolo – *kolo objevů*: na každém nálepkovaném (nálepkované skupině) se každý snaží najít něco, co z téhle prvoplánové charakteristiky vybočuje. Třetí, a to nezbytnou částí aktivity je *reflexe* toho, co jsme tím vlastně zjistili: „nálepky“ o druhých lidech říkají velmi málo; když dáme druhým příležitost, aby nám ukázali, jací skutečně jsou, zjistíme úžasné věci.

### Různost lidí

Ve vývoji jednotlivce se na začátku mnohem silněji projevuje tendence chápat všechny ostatní lidi jako další „vydání“ sebe sama než tendence opačná, kdy člověk druhé lidi vnímá jako naprosto odlišné tvory. Platí to i v naší západní silně individualistické společnosti, v níž se klade příliš jednostranný důraz na to, aby se člověk hlavně „seberealizoval“, i kdyby to mělo být na úkor druhých lidí.

To, že si člověk začne připouštět jinakost druhých lidí až v pozdějším věku, jistě souvisí s tím, že ji nejdříve vnímáme jako ohrožení nás samých, naší vlastní bytosti. Zjištění, že druzí nejsou tak úplně stejní jako já, je totiž ohrožením naší jistoty, že my jsme *správní* – taková, jací máme být. Proto základní podmínkou k úspěšnému

přijetí odlišnosti druhých lidí je uvědomění si toho, že tato jejich odlišnost vůbec nemusí znamenat, že já jsem špatný či nedostatečný. Ale také – že odlišnost druhých ještě nemusí vůbec znamenat to, že jsou špatní. Naopak – někdy je jejich odlišnost pro nás i výhodou a obdarováním. Je dost pravděpodobné, že ses už v životě setkal s člověkem, který byl v mnohém jiný než ty, a přesto byl pro tebe zdrojem inspirace.

### Dobrá a špatná odlišnost

Opět jde o aktivitu vhodnou pro družinu či oddíl. Nejprve si každý hráč rozmyslí, v čem všem se od něj ostatní členové družiny liší, aniž to je něco špatného – nejlepší je začít od určitých vnějších prvků: například mají různou barvu očí nebo vlasů, mají různý počet sourozenců, chodí do různých tříd, hrají na různé hudební nástroje atd. Pak je možno přejít k méně viditelným odlišnostem (stále jde o odlišnosti, které nejsou negativní): odlišnosti v různých dovednostech, schopnostech, povaze. Na to navážeme pátráním po tom, kdy mohou být naše odlišnosti výhodné – většinou jde o to, že pokud se podílíme na něčem společně, mohou se naše odlišnosti dobře doplňovat ve prospěch celku: například ve fotbalovém týmu je důležité, aby byl někdo brankář, jiný obránce, další hráč ve středu pole a konečně jiný útočník; přitom každý z nich musí pro svoji roli mít jiné vlastnosti (jaké?); v orchestru je dobré, když jsou tam hráči, kteří umějí na různé nástroje (orchestr je vůbec dobrý model toho, jak může být odlišnost cenná); kdy se naši družině naposledy hodilo, že při nějakém programu někdo byl rychlý, jiný mrštný, další měl dobrou paměť, postřeh, myslelo mu to rychle a přesně nebo dobře pozoroval? Poslední aktivitou může být naopak pátrání po tom, kdy a proč může být odlišnost skutečně na škodu, za jakých okolností se to dá překonat (například odlišnost v mateřském jazyku tím, že se naučíme cizí jazyk) a kdy to naopak překonat moc nejde a společnému životu to neprospívá (například soužití kuřáka s nekuřákem, člověka jemného s hrubým, toho, kdo uznává nějaké morální hodnoty s tím, kdo je neuznává apod.)

### Chyby druhých

Máloco nás na druhých lidech na první pohled zaujme tolik jako jejich chyby a nedostatky. Skoro jakoby na nás přímo volaly: „Podívej, tady jsem!“ . Proto už téměř dva tisíce let máme pro vytváření dobrých lidských vztahů právě v souvislosti s chybami druhých velmi cennou radu: *Nesuďte, abyste nebyli souzeni.*<sup>1</sup> To ale neznamená chyby druhých přehlížet, tvářit se, že se nic neděje. Tady jde o to, abychom k chybám a proviněním druhých lidí přistupovali stejně, jako kdybychom byli těmi viníky my sami:

- ▶ abychom nepodkládali druhým zbytečně zlé úmysly tam, kde ve skutečnosti šlo o chybu z neschopnosti, slabosti, nepozornosti – zkrátka o provinění neúmyslné; ačkoliv i takové provinění může způsobit spoustu bolesti a někoho hodně poškodit, přesto bychom měli být schopni jasně odlišit záměr, který za takovým činem nebo i trvalým jednáním stojí;
- ▶ abychom se od druhých nedistancovali kvůli jejich chybám a vždycky dokázali rozlišovat mezi člověkem a jeho konkrétním činem, který někdy může být opravdu hodně zlý; lidí skutečně zlých, kterým působí radost druhým ubližovat, je velmi málo; lidé naprostou většinu špatných činů konají v důsledku své slabosti, zejména strachu, reagují tak na vlastní bolest apod.; my pro své chyby a špatné jednání míváme spoustu „polehčujících okolností“ – neupírejme je ani těm druhým;
- ▶ abychom vzniklou situaci pomohli léčit odpuštěním a hledáním možné nápravy; i pro nás je přece kolikrát samotná chyba dostatečným trestem,

1) Nesuďte, abyste nebyli souzeni. Neboť jakým soudem soudíte, takovým budete souzeni, a jakou měrou měříte, takovou Bůh naměří vám. Jak to, že vidíš třísku v oku svého bratra, ale trám ve vlastním oku nepozoruješ? (Matoušovo evangelium 7,1–3)

nepotřebujeme, aby se v tom patlal ještě někdo další, abychom se cítili zahnanými; toužíme po tom, aby se to nebylo stalo – a když už se to stalo, tak aby se to dalo nějak napravit;

- ▶ aby se s námi do budoucna naše pochybení pořad netáhlo, aby nám ostatní dali šanci svou důvěrou; a to navzdory tomu, že možná znovu selžeme, protože bez této důvěry se z toho nikdy nevyhrabeme.

### Co to je, kdo to je – a co s tím?

V rámci družiny či malého oddílu je možné vyzkoušet následující aktivitu: Každý účastník si do tabulky o třech sloupcích nadepsaných *Co, Kdo, Co s tím* zapíše pod sebe chyby, které mu na druhých členech vadí, kdo je jejich typickým nositelem a co si myslí, že by se s tím mělo dělat. Poté vždycky jeden účastník přečte chybu, o níž jde, a návrh jejího řešení. Ostatní o tomto řešení diskutují. Nakonec je možné „hádat“, kdo se té chyby nejčastěji dopouští. Dotyčný se na závěr vyjádří, zda mu navržené řešení pomůže.

Poznámka: Pro úspěšný průběh této (stejně jako následné) aktivity je důležité, aby v oddíle byla dobře nastavená pravidla komunikace a zažité jednoduché hry, kdy se lidé otvírají.

### Krása druhých

Někdy je krása druhého člověka dobře patrná – zejména ta, která je na první pohled vidět očima. Ale většinou tomu tak není. Zatímco chyby druhých lidí na nás doslova křičí, jejich krása se spíš skrývá. Bez toho, že se naučíme po ní pátrat, nám většina lidí bude nejspíš připadat nezajímavá, možná dokonce i zbytečná. A to by byla velká škoda, protože ve skutečnosti každý člověk v sobě nosí něco velmi cenného, kvůli čemu tu na světě je<sup>2</sup>. Jen to bývá všelijak schované a rozezná to jen ten, kdo se na ně dokáže podívat s láskou. O tom si povíme víc za chvíli. Teď postačí, když si uvědomíme, že podstatným smyslem vztahů mezi lidmi je právě odkrývat krásu druhých lidí, která nemá šanci se ukázat v povrchním a lhostejném míjení, do něhož nás tlačí uspěchaný životní styl naší doby.

### Pozitivní průkaz

- Smysl hry: sebezpoznání, uvědomění si vlastních hodnot a toho, jak je vnímají ostatní
- Čas potřebný ke hře: 30 až 40 minut
- Počet hráčů: 4 až 30
- Věková kategorie: od 14 let
- Pomůcky: psací potřeby, papír
- Prostředí: dovnitř i na ven

### Pravidla

Vedoucí požádá účastníky, aby se rozdělili do dvojic a vyhledali si tiché místo. V každém páru se bude jeden o druhém snažit – v souvislosti s tím, co o něm vypozeroval nebo vycítil – vyjádřit:

- co je v jeho jednání či charakteru pěkného, přitažlivého;
- jakou chybu či špatnou vlastnost ten druhý zcela jistě nemá.

Aktivita probíhá jako dialog, ve kterém ale mají oba účastníci odlišné role: první se snaží sdělit druhému, jak na něj působí, zatímco druhý se snaží hlavně naslouchat a pouze tehdy, pokud je mu něco nejasné, může si vyžádat vysvětlení, nebo když s něčím zásadně nesouhlasí, dá stručně svůj nesouhlas najevo. Nevedou ovšem

2) Podrobně se tomu věnujeme v oblasti *Kdo jsem – Objevování vlastní hodnoty*. Vidět něco krásného v každém člověku je ovšem velmi náročné a v praxi půjde hlavně o to nepřehlédnout krásu v těch, kteří nás obklopují.

mezi sebou debaty, protože tím se ztrácí soustředění na to, co je podstatné – uvidět se co nejpřesněji očima druhých. Po určitém čase se role v párech vymění. Je také zajímavé vyměnit si partnery, může to ve skupině vytvořit nová spojení. Na konci této druhé diskusní fáze se celá skupina sejde a každá má možnost, samozřejmě jen pokud chce, vyjádřit své pocity z aktivity.

## Chce s druhými lidmi vytvářet pěkné vztahy

Naprostou většinu lidí není třeba ani nijak přesvědčovat o tom, aby se pokoušeli s druhými navazovat nějaké vztahy. Dělají to spontánně, protože jsme k tomu určitým způsobem „předprogramováni“. Pro Aristotela to bylo dokonce tak důležité, že tendenci spojovat se s ostatními uvedl jako hlavní lidskou charakteristiku – *Zoon politikon, tvor společenský*. Člověk, který by si liboval v samotě, by byl nejspíš považován přinejmenším za podivína. Dokonce ani pouštní poustevníci nebyli od ostatních izolováni. Časem se naopak mnozí z nich stali vyhledávanými rádci lidí „ve světě“. Zkrátka jsme určeni k tomu žít ve vztazích.

Jenomže nám jde o to, nejen do vztahů více méně neuvědoměle „padat“, nýbrž vztahy vědomě vyvářet tak, aby byly opravdu pevné, trvalé a pěkné. I když výzkumy z posledních dvaceti let ukázaly, že už úplně malé děti mají ve svém „repertoáru“ určitý soucit s ostatními a tendenci tomu, kdo se trápí, pomáhat, přesto je „vstupní pozice“ člověka do světa vztahů výrazně poznamenána snahou ostatní lidi využívat pro sebe. Chápat je jen jako možné „zdroje“ pro uspokojování vlastních potřeb. A to je ovšem nepostačující základ pro pěkné a trvalé vztahy. Vztah s druhým člověkem je tedy spojitá nádoba, která v ideálním případě slouží oběma.

### Mosty mezi námi

Most je docela pěkný symbol pro vztah: spojuje jeden břeh s druhým a přitom se sám od nich liší. Ale pokud ty břehy nejsou dostatečně pevné, most se bortí. Vztah není jen něčím, co se odehrává „uvnitř“ člověka. Přestože se v prožívání vztahů a hlavně při jejich zakládání uplatňují faktory, které mají velmi tělesný základ (například známé hormony), je vztah skutečnost, jíž člověk sám sebe překračuje. Díky vztahům „vystupuje ze sebe“ a otevírá se duchovnímu světu. Vztah trvá, i když se náš protějšek vzdálí v prostoru a času. Může dokonce překonat i hranici smrti. Samotný vztah umírá tehdy, když přestane být prostorem, jímž proudí láska. A naše celoživotní „učení ve škole vztahů“ v nás má rozvíjet schopnost takové proudění lásky podporovat ve všech typech vztahů, v nichž žijeme.

Vztah je třeba budovat z obou stran. I když existují různé typy vztahů, vždycky se v nich musí uplatňovat vzájemnost. Žádný vztah nemůže být dlouhodobě jednostranný – že by o něj stál jen jeden nebo že by k jeho udržování a rozvíjení mohl přispívat také jen jeden. Kvalitní vztah vyžaduje přijímání i dávání. Vytváření dobrých vztahů není něčím, co se děje na můj úkor, nýbrž je to tvůrčí jednání, kterým přispíváme k rozvoji nás obou. I tohle věděli naši předkové už dávno: *Miluj svého bližního jako sám sebe*<sup>3</sup>. To znamená, že pokud chceš vytvářet pěkné mezilidské vztahy, měl bys mít

3) Ježíš toto pravidlo už cituje – jeho původ je 3. kniha Mojžíšova (Lv 19,18)

pěkný vztah nejprve sám se sebou: znát své silné, ale i slabé stránky a přesto se mít rád. Vyžaduje to každodenní práci na sobě, ale rozhodně to stojí za to.

## Vzájemnost

Touto aktivitou umožňujeme účastníkům zamýšlet se nad konkrétní vzájemností v jejich vztazích. Mají tabulku o třech sloupcích. Do prvního si zapisují své kamarády a lidi ze svého okolí, do druhého to, co oni jim posílají po „mostě“ jejich vztahu, a do třetího, co od nich naopak přijímají. Tato na první pohled jednoduchá aktivita může vést k zásadním zjištěním a zejména pro dospívající a dospělé je cennou pomůckou na jejich cestě k pěkným vztahům. U nich také může být tato aktivita završena vytvořením poděkování někomu z těch, od nichž přijímají něco zvlášť důležitého a cenného.

### Co je důležité, je očím neviditelné

My, jako lidé, žijeme své vztahy v časoprostoru – a tak je samozřejmě nutné, abychom se s těmi, s nimiž navazujeme vztahy, nějak vnímatelně potkali. Dnes už to nemusí být přímo „tváří v tvář“ – mnohé vztahy začínají „na síti“, ale přesto nám úvodní informace o druhých zprostředkovávají naše smysly. Na tom není samo o sobě nic špatného. Vadou ovšem je, když od těchto prvních bezprostřední informací o druhých nepokročíme dál. Když místo toho, aby nás takové setkání vedlo k pokusu pátrat po vnitřním tajemství druhého, po tom, kým opravdu je a v čem je jeho skutečné bohatství, buď ulpíme na tom viditelném povrchu (pokud nás například přitahuje svou fyzickou krásou), nebo jej naopak odepíšeme jako člověka veskrze nezajímavého.

Navazování a rozvíjení vztahu vůči druhému není ničím menším než hledáním pravdy toho druhého (tedy toho, kým ve své hloubce opravdu je), vstupováním do tajemství jeho srdce a nabídkou ho v tom podporovat a chránit. A současně i poskytnutí možnosti jemu, aby totéž objevoval u nás. To ale vyžaduje nejen respekt vůči sobě navzájem a určitou jemnost, s níž se člověk dotýká srdce druhého, ale i spoustu času, který je nezbytný pro zrání důvěry. Uspěchanost dnešní doby je velikou překážkou vzniku kvalitních vztahů, protože se tu jedná o sám život, který nelze uměle urychlit. Jde o proces zrání, který potřebuje spoustu trpělivosti, odvahy čekání, chvíle společného hledání i nalézání, radosti i obav, ticha, v němž lze zažít stav, kdy se – obrazně řečeno – „srdce vzájemně dotýkají“.

### Malý princ a liščino tajemství

Pro uvedení do tématu nejprve zjistíme, kdo z přítomných (členů družiny či oddílu) už zná příběh Malého prince. A některé z těch, kteří jej znají, požádáme, aby ostatním ten příběh přiblížili – oč se tam jednalo a co tam bylo nejdůležitějšího. Je pravděpodobné, že (snad s výjimkou nejstarších) pomínou klíčovou scénku, jak vzniká přátelství mezi Malým princem a liškou. A tak jim sdělíme, že v tom příběhu je ukryto důležité tajemství, o kterém jim teď přečtete.<sup>4</sup> Následně pak projdeme „klíčová slova“ příběhu – *ochotit, vytvořit pouta, budeš jediný na světě a já zase pro tebe jedinou na světě, zlaté obilí mi tě bude připomínat, musíš být hodně trpělivý, řeč je pramenem nedorozumění, každý den si sednout trochu blíže, je třeba zachovávat řád, ta tvá je jediná na světě, není možné pro vás umřít, správně vidíme jen srdcem, co je důležité, je očím neviditelné, stáváš se navždy zodpovědným za to, cos k sobě připoutal* – a u každého se pokusíme zjistit, co nám to říká o tom, jak vytvářet dobré vztahy. Se staršími účastníky je možné nakonec přejít k tomu, že aspoň někteří pohovoří o vlastních zkušenostech ze svých vztahů – právě s ohledem na to, co vyplynulo z příběhu a následné reflexe jeho klíčových momentů.

4) Celý příběh (včetně původních obrázků) je například k dispozici zde: <http://www.vrana.cz/princ/princ2r.html>

## Spolupráce s Láskou

Dostáváme se k samotné pointě tohoto bodu stezky:

V životě našich skautů a skauetek není nic důležitějšího než to, **aby byli správnými kamarády**. V životě člověka není nic důležitějšího než žít v kvalitních vztazích.

Právě tím se totiž naplňuje náš slib „*sloužit Lásce věrně v každé době*“. Pro všechny skauty je tu pak opravdovou „dobrou zprávou“ ubezpečení, že taková celoživotní orientace není jen snahou dosáhnout nějakého krásného ideálu, ale že se tím napojujeme na nejhlubší zdroj vši skutečnosti – absolutní Lásku. Doslova se stáváme jejími spolupracovníky při vytváření lepšího světa, který samozřejmě nikdy nebude „rájem“, ale může být lidštější a spravedlivější. A jako takoví můžeme s nadějí očekávat, že nás sama Láska nenechá na holičkách, ale budeme moci z ní čerpat odvahu, vytrvalost, porozumění i tvořivost pro všechny vztahy, do nichž se budeme s touto důvěrou vkládat. Neznamená to sice, že tím se stane náš život „procházkou růžovou zahradou“, ani že se nám všechno v našich vztazích podaří, ale můžeme spoléhat na to, že nic, co jsme v tomto svém úsilí podnikli s dobrou vůlí a co mělo nějakou cenu, nebude marné. Z praktického hlediska pokládáme právě tuto jistotu za nejdůležitější vklad do duchovního života skautů a skauetek. A tvůj příklad bude pro „tvé skauty“ nejspíš tím hlavním důkazem toho, že se na tuto jistotu dá opravdu spolehnout.

Jedním z podstatných důsledků toho, že svými vztahy překračujeme své omezené bytí a vstupujeme do sféry působení Lásky, je celkem dobře známý fakt, že vztahy rozšiřují možnosti a schopnosti těch, kteří je vytvářejí. Dva lidé spojení dobrým vztahem dokáží nejen víc, než by dokázal každý zvlášť, ale dokonce často i to, co překračuje dvojnásobek toho, co by zvládl každý z nich sám. Vztahem skutečně vzniká nová kvalita života. Více se tomu budeme věnovat v souvislosti s oblastí stezky *Můj domov*.

## Chápe pravidla, která k vytváření pěkných vztahů vedou

Lidé naší civilizace automaticky předpokládají, že se svět kolem nás důsledně řídí přírodními zákony. Vůči světu vztahů však zpravidla mají postoj mnohem méně určitý. Tuší sice, že i tady se uplatňují nějaké zákonitosti, ale mnohem méně jsou si jisti, jak opravdu působí a čeho se týkají. Je to tím, že o působnosti přírodních zákonů – tedy aspoň některých – se mohou přesvědčit prakticky bezprostředně, zejména při jejich nerespektování, zatímco podobnou „zpětnou vazbu“ ve světě vztahů nevnímají. A přece i tady se uplatňují určité principy, o nichž nás učí nejen psychologie, ale hlavně lidová moudrost, která je zhutněnou zkušeností toho, „jak to v životě chodí“. Své k tomu pak říkají i filozofie a duchovní tradice. Přes svou mnohdy značnou odlišnost se velice shodují ohledně fungování řádu lidských vztahů, principů, které vedou po správných cestách lásky a přátelství. I to je potvrzením, že se pokoušejí reflektovat skutečnost, která platí bez ohledu na čas, prostor i kulturní a civilizační podmíněnost.

### Řád lidských vztahů

Možná jsi měl to štěstí, že tě v prvních letech tvého života provázelo laskavé prostředí domova postaveného na pevném vztahu tvých rodičů a současně tě neminul svět pohádek. Pak máš velmi dobré předpoklady k tomu přijmout, že i pro lidské vztahy platí určité zákony, a aspoň do určité míry také pochopit, jak fungují. Protože v tomhle láskou prosyceném prostředí ses jich mohl téměř „dotýkat“, i když jsi o tom takhle

vůbec nepřemýšlel. Pokud tomu tak na startu tvého života nebylo, máš to poněkud těžší, ale ani tak ti není uzavřené poznání, že pro lidské vztahy platí určité principy, které fungují spolehlivě, i když třeba ne tak bleskově jako zákony přírodní. Zejména tehdy, když jsou porušovány, bývají důsledky patrné, a někdy i docela brzy. To vyjadřují například některá známá přísloví: *Kdo seje vítr, sklízí bouři, Lež má krátké nohy, Tak dlouho se chodí se džbánem pro vodu, až se ucho utrhne, Boží mlýny melou pomalu, ale jistě, Kde není lásky, vynikne každá chyba* atd.

Zkrátka přesvědčení o tom, že pro lidské vztahy platí také určité všeobecně platné principy, jejichž respektování je nezbytné, pokud chceme vytvářet své vztahy úspěšně, je docela dobře odpozorované ze života. Není to žádná chiméra, ani nepraktická teorie. Přesto dobře víme, že je tu určitá potíž. Jednak ne vždy víme, jak postupovat správně. Lidské vztahy bývají mnohdy dost zašmodrchané a tehdy se snadno člověk dostane do situace, kdy všechna řešení, která ho napadají nebo je schopen uskutečnit, jsou z nějakého hlediska sice dobrá či aspoň přijatelná, ale z jiného špatná a nepřijatelná. A druhá potíž je v tom, že se někdy zdá, jako by se dobré jednání nevyplácelo, zatímco to špatné ano. Prostě jako by přece jen ve světě lidských vztahů ty principy fungovaly jen částečně a někdy tam panoval pořádný zmatek, který důvěru v pochopitelný řád lidských vztahů boří.

Tyto obtíže nesmíme zastírat ani sobě, ani těm, které chceme doprovázet na pouti ke zralé lidské osobnosti. Tě první – rozpornosti mravních situací, kdy jsou v konfliktu různé principy, které bychom měli dodržovat současně – se podrobně věnujeme v rámci oblasti *Kdo jsem*, kde je celý bod zaměřený na řešení náročných morálních situací – *Moje svědomí*. Tu druhou, která se dá vyjádřit pochybností, zda se opravdu „vyplatí hájit dobro“, musí každý vychovatel vyřešit nejpozději na začátku svého výchovného působení, protože bez toho bude celé jeho snažení „na vodě“.

Skautský vůdce tu může čerpat v prvé řadě ze samotné ideové základny skautingu: ten vyrostl právě z přesvědčení, že postavit svůj život do služeb dobra je tou nejspolehlivější cestou ke šťastnému životu. Takhle to vyjádřil Robert Baden-Powell ve svém závěrečném poselství skautům celého světa:

*Měl jsem velice šťastný život a doufám, že vy všichni prožijete podobně šťastný život jako já. Věřím, že nás Bůh seslal na tento svět, abychom byli šťastní a užívali si života. Radost a štěstí nepřicházejí s bohatstvím, ani s úspěšnou kariérou, ani s vlastní pohodlností. Jedním z kroků ke štěstí je péče o své zdraví a tělesnou sílu v dětství. S tím budete použitelní pro život a můžete si užívat života v dospělosti.*

*Studium přírody nám ukazuje, jak nádherné a úžasné jsou věci, které Bůh na tomto světě vytvořil proto, abychom je vychutnávali. Buďte spokojeni s tím, co máte, a udělejte s tím to nejlepší, co můžete. Dívejte se na všechno z té lepší stránky.*

*Opravdová cesta k docílení štěstí je dělání radosti ostatním lidem. Pokuste se zanechat tento svět o trochu lepším, než jaký byl, když jste na něj přišli. Až se váš čas naplní, zemřete šťastně s pocitem, že jste v žádném případě neprožili svůj život zbytečně. „Buďte připraveni“ v tomto ohledu žít šťastně a šťastně také zemřít. Držte se svého skautského slibu i poté, co z vás vyrostou dospělí lidé – a Bůh vám ve vašem úsilí pomůže.*

I když třeba nemůžeš plně sdílet Baden-Powellovu důvěru, že Bůh je absolutně spolehlivým garantem smyslu života zaměřeného na radost druhých, můžeš se jistě aspoň opřít o samotný fakt stoletého úspěšného působení skautingu. Desetimiliony mladých lidí po celém světě prokazují svým rozhodnutím žít v duchu Baden-Powellova odkazu, že je to cesta, která se vyplatí. A to navzdory všem možným překážkám.

Nemysli si – už krátce po vzniku skautingu se vyrojilo množství jeho kritiků, kteří mu prorokovali, že se možná hodí pro děti, ale ne pro život dospělých. Dnes je vidět, jak byli špatnými proroky.

Není to ale jen skauting, který pevně stojí na přesvědčení, že i pro naše vztahy platí řád, jehož respektování vede k vyváření krásných vztahů, zatímco jeho nerespektování vede do neštěstí. Prakticky všechny významné duchovní školy na naší planetě takový řád předpokládají a učí tomu, jak si jej osvojit v životě. Vidíme přitom, že shoda mezi nimi je veliká. V centru jejich učení je kladen důraz na to, co v naší civilizaci označujeme právě pojmem *láska*<sup>5</sup> a čeho minimálním vyjádřením je tzv. „zlaté pravidlo“ *nečiň jiným, co nechceš, aby jiní činili tobě*. Ještě před několika desetiletími převládalo mínění, že morální základy různých kultur a civilizací se od sebe nepřekonatelně liší. Dnes ovšem vidíme, že to bylo příliš povrchní a zbrklé vyhodnocení situace, že při něm hrály mnohem větší úlohu strach a špatné porozumění než solidní vědecká práce nezatížená předsudky, a proto schopná dobře chápat předmět svého zájmu. Tuto skutečnost například vyjadřuje i společná práce týmu osobností, která ve studii *Mosty do budoucnosti* mimo jiné konstatuje: *Od Desatera až k buddhistickým, džinistickým, konfucianistickým, hinduistickým i četným dalším textům panuje soubhlas v důsledném odmítání násilí a klamu, stejně tak jako škod jimi umožňovaných, jako je mučení a krádež. Zákazy násilí, klamu a zrady jsou společně všem společností a všem právním soustavám. Jsou vyjádřeny v dilech tak rozdílných, jako je Egyptská kniha mrtvých, islandská Edda a Bhagavadgíta.*<sup>6</sup>

V současné době je k dispozici množství publikací<sup>7</sup> pocházejících z různých myšlenkových východisek, které shodně ukazují, že ve světě lidských vztahů platí univerzální principy, jejichž respektování je nezbytné pro život v dobrých vztazích. Řád lidských vztahů není tedy nějakým výmyslem „snílků“, ale zásadní skutečnost, o níž se žití vztahů opírá. A je na tobě, jak pro tuto skutečnost nadchneš ty, kteří věří, že je vedeš správnou cestou. Rozhodně první podmínkou k tomu je, abys ty sám na této skutečnosti opravdu své vztahy stavěl.

## Skautský zákon a řád lidských vztahů

Projdeme skautský zákon z hlediska toho, jak je v něm vyjádřený řád lidských vztahů. Tedy na které konkrétní principy důležité pro jejich správné fungování náš zákon poukazuje. Následující výčet jistě není vyčerpávající, je spíše inspirací pro vlastní pátrání:

1. Jaký význam má pro budování lidských vztahů pravdomluvnost (a se staršími celková pravdivost) – je nutná pro důvěru, bez ní žádné vztahy nemohou držet pohromadě.
2. Věrnost a oddanost – jsou darem druhým lidem, kteří se na nás mohou díky nim spolehnout, osvobozujeme je od strachu, naopak jim „kryjeme záda“.
3. Pomoc druhým a prospěšnost – díky nim se „hmatatelně“ potvrzuje existence vztahů přátelství a kamarádství; není to iluze, ale reálná skutečnost – pomoc je „zviditelněná“ láska.
4. Bratrství a přátelství – náš výchozí přístup k ostatním lidem má být otevřený pro vytváření dobrých vztahů; patříme k sobě a dobré vztahy jsou naším nejcennějším příspěvkem lidství.

5) *Láska je trpělivá, laskavá, nezávidí, láska se nevychloubá a není domýšlivá. Láska nejedná nečestně, nebledá svůj prospěch, nedá se vydráždit, nepočítá křivdy. Nemá radost ze špatnosti, ale vždycky se raduje z pravdy. Ať se děje cokoliv, láska vydrží, láska věří, láska má naději, láska vytrvá. Láska nikdy nezanikne.* (apoštol Pavel v 1. listu do Korintu, 13. kapitola).

6) Kolektiv. *Mosty do budoucnosti: Dialog mezi civilizacemi*. Brno: Doplněk, 2005, s 52.

7) například: VIVĚKÁNANDA, *Slova o cestě lásky*. Praha: Avatar, 1996; BUSCAGLIA, Leo. *Milujte se*. Praha: Pragma, 1993; DALAJLÁMA. *Jak šířit lásku: Rozšiřování okruhu milujících vztahů*. Praha: Knižní klub, 2007



5. Zdrovilost je balzámem vztahů – je ochranou jejich krásy; jemnost, ohleduplnost vztahy buduje, hrubost a bezohlednost ničí.
6. Ochrana přírody a cenných lidských výtvorů – jednak vyjadřuje naši spřízněnost se vším životem, nejen s lidskými bytostmi, máme se laskavě vztahovat vůči veškerému stvoření; právě to, jak jednáme s těmi nejslabšími a nejbezbrannějšími, ukazuje kulturu našich vztahů; ochranou cenných lidských výtvorů pak ukazujeme svůj vztah k těm, kteří nás předešli, i k těm, co přijdou po nás; jsme svázáni nejen v prostoru, ale i v čase; brát ohled na ně je rovněž vyjádřením vztahu k těm, kteří se nemohou sami bránit, a současně vyjádřením toho, že jsme si vědomi sounáležitosti s nimi – tvoříme jeden živý řetěz.
7. Poslušnost autorit – je uznáním služby, kterou autorita poskytuje, i zodpovědnosti za správné užívání této služby; poslušnost má základ ve společném uznávání řádu, který platí pro „rodiče, vůdce i představené“ stejně jako pro ty, kteří je mají poslouchat.
8. Veselá mysl – to je skutečný dar pro každého, zvláště pak pro okolí toho, kdo takovou mysl nosí; vztahy se ožívují a obnovují z krásy a radosti – a právě to veselá mysl přináší.
9. Hospodárnost se netýká jen předmětů (i když i vůči nim vytváříme vztahy, které jsou důležité), nýbrž stejně tak času, energie a důvěry ostatních lidí; hospodárnost bdí nad tím, abychom vztahy s druhými nepřetěžovali, chrání správnou míru.
10. Vnitřní čistota – to je svorník pro život vztahů: vnitřní čistota umožňuje skutečnou pravdivost, z níž pak roste důvěra, bez které jsou vztahy nemožné; vnitřní čistota je současně i krása, která prozařuje člověka a naplňuje krásou i jeho vztahy.

Na tento rozbor pak můžeme navázat se staršími debatou o tom, jestli v našem skautském desateru nechybí nějaký důležitý princip řádu lidských vztahů (např. statečnost, schopnost odpouštět, štědrost apod.). Nabízí se i srovnání se zahraničními verzemi skautského zákona (např. americkým dvanáctibodovým či anglickým sedmibodovým<sup>8</sup>).

### Skautský zákon a jiná „desatera“

Naše skautské desatero není samozřejmě jediným pokusem o vyjádření principů řádu vztahů. Zkuste ho porovnat s klasickým *Desaterem a kodexem Bušidó* (je ve třetí části). V čem se shodují? A v čem ne? V čem je přednost našeho zákona – a v čem naopak těch ostatních?

### O lidské svobodě

Skutečnost, že naše vztahy mají respektovat univerzální řád, který chrání jejich kvalitu, rozhodně neznamená, že tím jsme odsouzeni do nějaké pasivní role nebo do pozice automatů, kterým nezbyvá než uskutečňovat to „jediné správné“ jednání. Život totiž přináší velké množství nevypočitatelných situací. Ty navíc často bývají nejednoznačné, protože se v nich dostávají do konfliktu principy, které jsou sice správné, ale bez kompromisu se nedají všechny společně uskutečnit. Kdyby měl náš život řešit sebestyčinnější počítač, který by měl k dispozici všechny principy i data o situaci, dříve nebo později by se „zasekl“, protože ani tahle skvělá výbava by mu neumožnila řešit to, s čím si musíme my lidé poradit: právě s tou nejednoznačností a konfliktností hodnot. My jsme totiž – na rozdíl počítače – vybaveni *svobodou*.

8) Americký: Skaut je: pravdomluvný, oddaný, prospěšný, kamarádský, zdrovilý, přívětivý, poslušný, veselý, hospodárny, statečný, čistý a uctivý.

Anglický: 1. Skautovi je možno věřit. 2. Skaut je oddaný. 3. Skaut je kamarádský a ohleduplný. 4. Skaut je členem celosvětové skautské rodiny. 5. Skaut má odvahu v jakýchkoliv nesnázích. 6. Skaut využívá čas a je šetrný k majetku a vlastnictví. 7. Skaut má úctu vůči sobě i ostatním.

Některé další verze zákona (v angličtině) lze najít zde: <http://www.troop07.net/lawoath2.htm>



Tím jsme se dostali k tématu, o kterém se moc pěkně debatuje, ale ty úžasné myšlenky z debat se pak velmi obtížně uskutečňují. Kámen úrazu je totiž v tom, že jak svoboda, tak s ní spojená odpovědnost jsou skutečnostmi, které člověka na jedné straně přímo definují a právě díky nim je člověk onou jedinečnou bytostí, pozvanou k velikému dobrodružství života v Pravdě a Lásce. Na druhé straně ale mohou být také příčinou těch nejstrašnějších událostí v lidských dějinách, nad nimiž s nímou hrůzou zíráme do propasti zla.

Dost jsme se tomu věnovali v publikacích *Nikdy nekončící dobrodružství* a *Kdo jsem*. Proto tady zopakujeme jen to nejdůležitější upozornění: V posledních patnácti letech se stalo skoro módou říkat, že **svoboda jednoho končí tam, kde začíná svoboda druhého**. Není při tom třeba příliš mnoho bystrosti a logického uvažování k tomu, abys odhalil, že takhle to tedy určitě být **nemůže**. Přísným domyšlením toho je buď závěr, že svobodný prakticky není nikdo, protože ze všech stran je naše svoboda popírána svobodami těch, kteří nás obklopují (a kdo z nás není neustále tak či onak „dotýkán“ druhými lidmi – a tedy i jejich svobodou), nebo svobodný je jenom jeden a my všichni ostatní jsme jen jakési stíny.

Zkrátka na tomhle módním rčení je dobré jenom to, že bere do hry „druhého“. Ano – ti druzí skutečně mají co podstatného dělat s naší svobodou, ale ne tak, že by ji „ukončovali“, nýbrž naopak: **svoboda jednoho začíná působit jako skutečná svoboda tam, kde se setká se svobodou druhého**. Teprve při setkání mého „já“ s druhým „ty“ se může uplatnit moje schopnost rozhodování pro dobro druhého „ty“, nebo – nejlépe – pro dobro nás obou. Svoboda je tedy z tohoto hlediska dispozice hledat, přijímat a uskutečňovat taková řešení, která maximalizují dobro s ohledem na všechny zúčastněné. Je jasné, že důležitým nástrojem, který svoboda ke své působnosti potřebuje, je **dialog**, a významnou podpůrnou schopností je **empatie**. Jim se budeme více věnovat v souvislosti se třetím bodem *Komunikace mezi lidmi*.

A ještě pár slov k *odpovědnosti*. Ve dvou výše uvedených publikacích je hlavně pojednáno o tom, **komu** jsme odpovědni – totiž že jsme odpovědni nejen sobě a druhým, ale jako skauti právě té Pravdě a Lásce, jimž slibujeme věrně sloužit. Tady nám ale půjde hlavně o to, **za koho** jsme odpovědni. Správně tušíš, že nestačí být zodpovědný jen sám za sebe (i když i tohle je velmi důležité), protože jinak bychom se o tom nebavili v souvislosti s tématem *Můj kamarád*. Jsme zásadně a neodvolatelně odpovědni i za své bližní. Přímo modelově je to ukázáno v příběhu o Kainu a Ábelovi: Kain poté, co zabil svého bratra, odsekne na Boží otázku, co je s jeho bratrem: *„Jsem snad strážcem svého bratra?“* My skutečně jsme *strážci svých bratří a sester*. A míra této zodpovědnosti je dána tím, co už dobře známe: *Miluj svého bližního jako sám sebe*.

## Zodpovědnost za druhé

Tohle se dá uskutečnit jak se staršími, tak s mladšími skauty: Za koho si myslím, že mám kromě sebe zodpovědnost? A v čem ta zodpovědnost spočívá – nač mám dávat pozor, co ode mne tahle zodpovědnost vyžaduje? Kdy jsem si vůbec tuto svou zodpovědnost za druhého poprvé uvědomil? Čeho se týkala? Co pro mě znamená, že nesu tuto zodpovědnost (co je na tom těžké, pěkně apod.)? Pomáhá mi někdo v nesení této zodpovědnosti? Jak? Má někdo jiný takovou zodpovědnost za mě? Kdo, jakou? Jak se to projevuje? Kdy jsem si to já uvědomil? Čím mu tuto zodpovědnost usnadňuji a čím naopak ztěžuji? Co pro mě znamená, že někdo má za mě také zodpovědnost (co se mi na tom líbí a co ne apod.)?

## Pravidla společenství

Univerzální řád lidských vztahů, který platí takřikajíc bez ohledu na prostor a čas, potřebuje v životě každého konkrétního společenství doplnění pravidly, která upravují vzájemné vztahy a způsoby jednání právě s ohledem na civilizační, kulturní i další podmínky. Typickým příkladem jsou třeba dopravní pravidla. Kromě univerzálně platného principu jezdit s ohledem na ostatní a chránit svůj i jejich život a zdraví taková pravidla určují konkrétní způsoby chování těch, kteří jsou účastníky dopravního provozu. Například to, že se na červenou má zastavit a na zelenou může jet, není sice důsledkem nějakého všeobecně platného principu, ale přesto se jedná o důležité pravidlo, které umožňuje spolehlivý a bezpečný provoz. Nebo pravidla zdvořilosti – tak odlišná v různých kulturách – jsou jistě vyjádřením univerzálního principu vzájemné laskavosti, ale v konkrétních případech dávají teprve praktický návod, jak si vést v dané společnosti co nejlépe, aby moje laskavost byla druhým zřejmá.

Z toho je také vidět důvod, proč není jedno, zda taková pravidla respektujeme, nebo ne – dokonce i tehdy, když by jejich porušení nemuselo mít bezprostřední špatný důsledek: například v noci na opuštěné křižovatce nejedeme na červenou ani tehdy, když nikde kolem není žádné jiné auto. Právě na dodržování takových zdánlivě „zbytečných“ pravidel i v situaci, kdy „o nic nejde“, podstatně závisí fungování demokracie. Tato pravidla nedodržujeme v prvé řadě jen kvůli nim samým (protože častokrát by se opravdu jejich jedním porušením nezpůsobilo nic strašného), ale kvůli tomu, že tím vyjadřujeme respekt k celému systému udržování vztahů ve společnosti, svou podporu řádu proti chaosu, zájmu celku proti libovůli jednotlivce. Demokracie nutně vyžaduje právě takové smýšlení, které nepotřebuje „donucování“ nebo dokonce trest k tomu, aby člověk sám dobrovolně pomáhal svým jednáním dodržování přijatých pravidel – například zákonů. Tam, kde takové smýšlení není výbavou výrazné většiny členů společnosti, nemůže demokracie úspěšně fungovat – jak bohužel vidíme na naší současné společnosti.

## Sami v noční tramvaji

Devadesátý pátý „Dopis Olze“ zahajuje Václav Havel touto úvahou: Proč většinou, jedeme-li úplně sami ve vlečňáku samoobslužné tramvaje a je tedy jasné, že nás nikdo nemůže přistihnout při neplacení, přesto – byť třeba po jistém vnitřním zápase – korunu do schránky hodíme? Proč člověk vůbec dělá dobro i tehdy, kdy mu z něho evidentně nepochází žádný prospěch (třeba když o něm nikdo neví a nikdy se o něm nikdo nedozví)? A pokud ho nedělá, proč se sám sobě omlouvá? Proč má člověk občas sklon chovat se tak, jak by se měli chovat všichni, a to i přesto, že se ví, že se všichni tak nikdy chovat nebudou?

Poznámka: Tehdy se v tramvaji „neštípaly lístky“, ale jízdné se platilo přímo mincí do kasičky ve voze. Zkuste o tom vést debatu. Proč je správné i v takové situaci dodržovat dopravní řád? (Fungovalo by to dnes?) A co třeba „pirátské“ kopírování a stahování? Neúplné daňové přiznání? Před rokem 1990 se říkalo: „Kdo neokrádá stát, okrádá svou rodinu“ – co dnes?

## Ví, čím sám může účinně přispívat k vytváření dobrých vztahů

Zatímco předchozí krok ukázal především objektivní stránku světa vztahů, nyní je naopak pozornost zaměřena na stejně důležitou stránku subjektivní. A v tomto bodě hlavně

na rovinu poznání (v následujícím – *Moje vztahy* – to bude naopak stránka jednání). Proto také konkrétní aktivity jsou tu většinou uvozeny slovesem „ví“, „zná“, „porozumí“.

### **Osobní dispozice a účinné postupy**

Sebepoznání a z toho plynoucí důsledky pro dobré vytváření vztahů s ostatními je dosti podrobně zpracováno v souvislosti s oblastí **Kdo jsem** (zvláště části *Objevování vlastní hodnoty – kdo jsem, Objevování svého vnitřního světa – jaký jsem, Osobní rozvoj*). Základem správného postupu pro vytváření a žití vztahů mezi lidmi je na jedné straně skutečný, nezištný zájem o druhého, který není objektem naší manipulace (nechceme ho „někam dostat“, k něčemu ho využít), ale jde nám o něj samého, a na druhé straně je to respekt k tomu, jací skutečně jsme, co můžeme nabídnout, kde máme své silné a kde slabé stránky. V dnešní době, kdy se kdekdo pokouší druhé učit „správnému marketingovému chování“, jako by se hlavně jednalo o osvojení si nějakých chytrých triků, kterými druhé získáme na svou stranu, je velice důležité hájit přístup, který tady prezentujeme: přístup, který vychází z respektu k důstojnosti druhého a realisticky hodnotí možnosti vlastní. Obojí je pak zářímováno důvěrou v účinné působení Lásky, která nás může spojit ve skutečné společenství Já–Ty.

### **Vztahy k různým skupinám lidí**

Období skautského věku je z hlediska toho, s kým a vůči komu se hlavně uskutečňují pokusy o kamarádké a přátelské vztahy, značně dynamické. Na začátku je příznačné, že výrazně převládá zájem o vrstevníky stejného pohlaví. Desetiletý kluk téměř nevnímá, že také existují stejně stará děvčata – a naopak. A pokud to nejsou sourozenci, tak mimo okruh jejich zájmu jsou i děti mladší (i s těmi sourozenci bývají mnohdy potíže). Pro třináctiletou slečnu (natož starší) mají ovšem už šestnáctiletí kluci své výrazné kouzlo. V tom věku také děvčata, ale dokonce i chlapci začínají být schopni opravdu se starat o mladší děti. Zvláštní kapitolou je pak vztah dětí ke starým lidem.

#### *Vztahy k mladším dětem*

V prvé řadě půjde o to, aby naši skauti a skautky měli i vůči malým dětem postoj, který vychází z uvědomění si jejich důstojnosti: i když jsou malí, „skoro nic neumějí“, přesto v sobě nosí už teď cosi krásného a cenného, co se může rozvinout do obdivuhodného poslání. I malé děti mají právo na naši pozornost, ochranu, podporu a respekt. Dále by si měli naše děvčata a chlapci uvědomit, že se od nich malé děti z jejich okolí leccos učí a že mají tedy vůči nim značnou odpovědnost. Jsou tedy důležitými spolupracovníky dospělých lidí při výchově. Zvláště starší skautky a skauti pak už mívají vnitřní dispozice k tomu citlivě chápat potřeby mladších dětí, poskytovat jim jistotu a bezpečí, být pro ně skutečnou oporou. A to je třeba podporovat a ocenit.

#### *Vztahy ke starým lidem*

Zkušenosti dětí se starými lidmi (mnohé děti za „staré“ pokládají už lidi před padesátkou) jsou velice závislé na tom, jestli v jejich životě hrají nějakou podstatnou roli prarodiče. Nejen u dětí, které kvůli rozvodu nebo úmrtí jednoho z rodičů bývají často výrazně vychovávány též prarodiči, mohou sehrát babička a dědeček mimořádně důležitou roli (a to zpravidla velmi kladnou). U většiny městských dětí naopak bývá vazba na prarodiče (kteří bydlí třeba i v jiném městě) značně oslabená a tím i jejich

zkušenost se staršími a starými lidmi není nikterak velká. Přitom může být přínos vztahů mezi dětmi školního věku a lidmi starými oboustranný: Tito staří lidé mohou dětem zprostředkovat určitý životní nadhled a skutečnou moudrost, danou úspěšným zvládnutím různých životních krizí a náročných etap, věnovat jim čas, který o generaci mladší rodiče dnes mnohdy nemají. A děti naopak těmto lidem mohou vnést do života povzbuzující energii a někdy poskytnout i zcela konkrétní pomoc.

### *Vztahy mezi chlapci a děvčaty*

Tohle je samozřejmě „velké téma“, na které se možná těšíš, zatímco jiní se ho spíš děsí. Každopádně ve skautské výchově má své významné místo, protože je to nejen skutečné téma „životní“, ale prostředím skautského oddílu poskytuje velice dobrou příležitost, aby se s ním zacházelo s patřičnou citlivostí, poučeností a současně i dostatečně prakticky a zajímavě.

V tomto bodu *Vztahy mezi lidmi* jde hlavně o porozumění tomu, co je pro tento typ vztahů důležité:

- ▶ I pro vztahy mezi chlapci a děvčaty platí to, co pro jiné vztahy – úspěšně se mohou rozvíjet jen tehdy, když se v nich respektuje řád lidských vztahů, když k jejich růstu přispívají oba a nedopouštějí se v tom příliš velkých chyb. Tedy i základem dobrých vztahů mezi chlapci a děvčaty je to, co je základem *všech* dobrých vztahů – přátelská, bratrská láska.
- ▶ Současně se ale v těchto vztazích uplatňují některé skutečnosti, které jsou pro ně jedinečné. Souvisejí nejen s fyzickou odlišností, ale s odlišností duševní. Tato odlišnost jednak bývá často zdrojem různých předsudků (blondýny jsou pitomé, kluci myslí jen na „to jedno“ atd.), jednak se mohou stát zdrojem různých nedorozumění a zbytečných zranění, když se používají mechanicky poučky z různých populárních brožur o tom, jací jsou muži a jaké ženy. My máme vést své svěřence k tomu, aby vždycky dávali přednost tomu pokládat každého člověka za jedinečnou bytost, jejíž tajemství můžeme prostřednictvím dobrého vztahu postupně odkrývat. A v případech vztahů k opačnému pohlaví to bývá zvláště napínavé a většinou spojené i s řadou překvapení. Aby to ale nebylo hlavně překvapení nemilé, je zvláště tady důležité nespěchat. Umět se u všeho v tichosti zastavit, aby člověk nepropásl krásu chvíle, kdy se vyjevuje tajemství druhého.
- ▶ V této souvislosti se nemůžeme vyhnout i situacím nestandardním (především odlišné sexuální orientace) a situacím kalamitním (nechtěné těhotenství, znásilnění, sexuální zneužívání). Budeš se tu pohybovat na dost „tenkém ledu“, protože kromě toho, že jde o témata, která jsou skoro vždy nějak bolavá a současně značně intimní, půjde o zvládnutí tří požadavků:
  1. Neprosazovat své vlastní názory, ale současně být lidsky přesvědčivý, protože o těchto záležitostech nelze (navíc s dětmi) hovořit jen nějak nezúčastněně. Je proto velmi důležité dobře rozlišovat mezi tím, co je všeobecně uznávané a co je tvůj vlastní názor.
  2. Proto je nezbytné se dobře orientovat v tom, jaká jsou hlavní uznávaná odborná stanoviska<sup>9</sup>. Pokud tomu tak není, je potřeba to upřímně uznat

9) V souvislosti s *homosexualitou* jde například o skutečnost, že si nikdo takovou orientaci nevybral, že jde o vrozenou dispoziční, která se během života nedá prakticky změnit, a že tedy nejde ani o mravní pochybení ani o „nemoc“, z níž by bylo vhodné dotyčného vyléčit. ▶

a nehrát si na odborníka. A samozřejmě by sis měl kvalitní odborné informace sehnat.

3. Musíš citlivě respektovat i názory prostředí (rodiny), z něhož oddílové děti pocházejí. Proto bys dřív, než se budeš k tématu sám vyjadřovat, měl mít dobrý přehled o názorech a představách, které sdílají členové oddílu. Smyslem naší pomoci zvláště v této oblasti není napravovat všemožné omyly a předsudky, které tu dnes u lidí existují (včetně leckterých rodičů oddílových dětí), ale učit děti o této oblasti pokud možno hezky, citlivě a zodpovědně uvažovat, vytvořit u nich důvěru, že má smysl s námi o těchto záležitostech otevřeně hovořit, a nabízet jim východiska a řešení, která jim mohou do budoucna otevírat cestu k dobrým partnerským vztahům.

Nikdo dnes nemá patent na úspěšnou výchovu k dobrým partnerským vztahům. Tím důležitější je respektovat každou cestu, která tu chce sloužit Pravdě a Lásce.

## Dokáže řešit náročné vztahové situace

Ve světě lidských vztahů se nemůžeme vyhnout celé řadě komplikací, nezdarů, bolestí a trápení. I při nejlepší vůli tu lidé narážejí na své hranice, které nedokážou překročit. Neznamená to však, že by v oblasti vztahů člověk musel rezignovat na jakýkoliv pokrok nebo dokonce na to, že se mu nakonec podaří vybudovat vztahy, které jsou krásné. Střízlivé konstatování, že se světem lidských vztahů nelze procházet bez rizik, komplikací a dílčích porážek, rozhodně neznamená, že by bylo správné se vzdát a „přistříhnout“ své touhy a naděje tomu, „jak to zpravidla chodí“. Je to naopak pro nás výzva, abychom tady osvědčili svou lidskou svobodu i svou skautskou formaci, která je v prvé řadě průpravou k vytváření dobrých lidských vztahů.

V souvislosti s bodem stezky *Vztahy mezi lidmi* se podrobněji podíváme na tři náročné vztahové situace:

### Konflikty

Málokdo má rád konflikty. Přesto nás každého provázejí skoro na každém kroku. Nejsou totiž jen výsledkem nějakých skutečných zlých záměrů nebo chyb. Kořenem konfliktů je prostě často to, že jsme jiní: vrozenými dispozicemi i výchovou. Konflikty jsou zkrátka nevyhnutelné. A co horšího: většinou ty konflikty nic dobrého nepřinesou, jen dál zahušťují atmosféru i vztahy kolem nás.

Úspěšné řešení konfliktu předpokládá prolnutí tří rovin, bez nichž se žádný konflikt nepodaří vyřešit:

- *Společně sdílená východiska*: bez nich nakonec všechny konflikty končí u toho, že „každý má svou pravdu“, „každý jsme holt jiný“, „každý si půjdeme svou cestou“, „neobtěžujte mě, já vás také nebudu obtěžovat“ atd. atd. – tedy destrukce společenství. Zde máme jako skauti podstatnou výhodu, neboť našimi společně sdílenými východisky je náš skautský slib, zákon, heslo. Ty představují

K tématice *sexuálního zneužívání* vydala Česká rada dětí a mládeže dvě publikace věnované vedoucím dětských a mládežnických kolektivů – *Hranice bezpečí* (2008) a *Záchranné lano* (2012) – na jejichž vytvoření se výrazně podílel jeden z nás, takže je můžeme vřele doporučit ☺.

Pro oblast sexuální výchovy můžeme jako orientační kvalitní literaturu pro vedoucí doporučit nedávno vyšlou publikaci ŠULOVÁ, Lenka a kol. *Výchova k sexuální reprodukčnímu zdraví*. Praha: Maxdorf, 2011. Kvalitní je též publikace LENCZ, Ladislav a Eva IVANOVÁ. *Etická výchova 3*. Praha: Luxpress, 2003. Reprezentativní vzhled do křesťanského pojetí podává JAN PAVEL II. *Teologie těla*. Praha: Paulínky, 2009.

spolehlivý základ, ze kterého se můžeme pokoušet řešit naše konflikty (a dokonce nejen v oddílovém prostředí). Dalším důležitým společným východiskem je představa o metodě, jíž lze dospět k řešení konfliktu: racionální diskuse, snaha pochopit druhé.

- ▶ Výchozím postojem k účastníkům konfliktu musí být *důvěra a respekt* k nim jako k jedinečným bytostem: bez toho nutně zvítězí konfrontace a snaha druhým hlavně ublížit, ponížít je, zbavit se jich – tedy nepřátelství. Opět jde o předpoklad, který by nám právě v souvislosti s oblastí *Můj kamarád* měl být vlastní.
- ▶ Konflikty ovšem také vyžadují určitou *chápatou metodu řešení*, která hlavně dobře rozlišuje, proč vlastně konflikt skutečně vznikl a oč se v něm jedná – a následně podle toho volí optimální strategii. Jde tedy o to porozumět tomu, že v konfliktech může jít
  - ▷ o různé *obsahy* – názory, představy, postoje, předsudky, pocity, zájmy, ...
  - ▷ o různé *příčiny* vyvolávající konflikt: zájem o „pravdu“ (přijít věcem skutečně „na kloub“), postavení účastníků vůči sobě z hlediska hierarchie (nadřízenost, podřízenost, rovnocennost, převaha atd.) a jeho nerespektování, strach (z druhého, z jeho názorů jeho typu jednání, o vlastní vnitřní svět, o vlastní zájmy), touha se „předvést“ (různé druhy exhibicionismu na úkor druhých) atd.

Konflikty jsou *obrožením i šancí*. Mohou vést

- ▶ k destrukci vztahů a společností, k odcizení, ke ztrátě odvahy, ke vzniku nenávisti, ke ztrátě důvěry, ...
- ▶ k rezignaci na otevřenou debatu, k trvalému zablokování tvořivé a pátrací komunikace, k vítězství lhovosti, k vytvoření neplodných komunikačních stereotypů, ...
- ▶ k projasnění stanovisek a vzájemnému sebezpoznání, k nalezení společných řešení, k odstranění skutečných chyb a nedostatků, ke zjištění, že odlišnost nás nemusí vždy ohrožovat, k prohloubení důvěry.

Je jasné, že právě tento třetí způsob vyústění konfliktu je naším cílem.

### **Věrnost**

Patří sem vůbec věrnost? Ale ovšem – byť z úplně jiných důvodů, než řešení konfliktů: je totiž tou skutečností, která je v dnešní západní společnosti možná vůbec nejohroženější hodnotou. Dopadá to s ní podobně jako v té pohádce *Jak dědeček měnil, až vyměnil*. Na začátku měl hroudu zlata. Nepochybně velmi cennou, ale také těžkou. A pro něj až příliš těžkou. A tak, když se naskytla příležitost, vyměnil ji za krásného hřebce. Záhy ho však přesvědčili, že pro něj bude cennější kráva. Tu ovšem směnil za kozu – ale ani u té nezůstal. Jak to dopadlo, asi víte. Zbyla mu jehla, kterou nakonec ztratil.

Věrnost doplácí velice na to, že si s ní dnes lidé spojují, „že něco nesmí“. Působí tu mylná představa, že jádrem věrnosti je vylučnost: jsem věrný tím, že dotyčné(mu) s nikým jiným nejsem nevěrný/á. To je ale ubohá představa o tom, oč v případě věrnosti opravdu jde: Věrnost je dar, který dáváme druhým: *můžeš se na mě za všech okolností spolehnout*. I kdyby to pro mě bylo nevýhodné, vyžadovalo to ode mne oběti

nebo to bylo jakkoliv těžké, vydržím. Civilizace, ve které žijeme, má ovšem jiné priority: seberealizaci, pohodu, život naplněný příjemnými prožitky. A pokud možno to všechno chce hned. Člověk, který je druhými zrazen, zažívá ovšem strašné trauma, o „pohodě“ si možná i mnoho let může nechat jenom zdát. Proto i lidé dneška chtějí, aby jim byli druzí věrní. Sami ale břemeno závazku věrnosti přijímat moc nechtějí. Proto se ostatně čím dál tím méně lidí Západu uvazuje k celoživotnímu manželství a stejně tak k rodičovství. Oboje se bez věrnosti neobejde. Je tu tedy konflikt, na jehož vyřešení přímo závisí budoucnost naší civilizace.

Bylo by jistě velice nutné posílit schopnost lidí dneška setrvat ve slibech, zůstat tam, kde nás druzí očekávají a kde na nás spoléhají, ačkoliv je to pro nás nevýhodné, bolestné a někdy se možná i zdá, že se to nedá vydržet. Jenomže – jak? Jak v době, kdy příkazem úspěchu je *seberealizace* (a právě v jejím jménu lidé tak často dezertují a trhají pouta věrnosti), pomoci lidem, aby pro ně víc znamenalo *sebedarování*? Právě v tom dnes vězí mistrovství výchovy, která směřuje k nadějně budoucnosti – tedy samozřejmě i výchovy skautské: pochopit a prožít, že nejhlubší a bezkonkurenčně nejlepší formou seberealizace je sebedarování. Přesně o to jde ve „službě nejvyšší Lásky“ – věrně a v každé době.

### Věrnost v různých podobách

Věrnost se zdaleka netýká jen vztahů mezi muži a ženami. Věrnost znamená dlouhodobou pevnost a spolehlivost nějakého vztahu, pevné zachování slibu či přísahy, případně loajalitu. Myslí se přitom hlavně na vztahy mezi manžely a přáteli, vůči králi či jinak uznávané autoritě, ale také vůči nějaké myšlence, skupině nebo programu. Zkuste tedy dát dohromady přehled typických příběhů věrnosti – ať z historie či z literatury – a zkoumejte, co na nich bylo zvláště důležité, zajímavé, jak vznikaly, s čím se jejich nositelé museli potýkat, co je ohrožovalo, nad čím vítězili a proč – případně na čem nakonec ztroskotali a co se nakonec ukázalo jako kámen úrazu. Na to se pak dá navázat tím, aby každý prozkoumal sám svůj život, kde už roste nějaký vztah vyžadující věrnost, a uvědomil si, co je pro něj důležité, co ho může podporovat a co naopak ohrožovat.

### Odpuštění

Dospěli jsme k tomu, co v určitém podstatném smyslu představuje mistrovství lidských vztahů. Dnes je to o to těžší, že jen málokdo se v životě opravdu setkává s uzdravující silou odpuštění. Pro mnohé je skautský oddíl jedinou šancí to zažít.

Je tu totiž určitý paradox: Přátelit se s člověkem, jehož vidáme jen občas, není nic těžkého, avšak čím jsou si dva lidé blíží, tím více vzájemných konfliktů musejí řešit a tím víc nedorozumění jim hrozí. Do hlubokých vztahů se promítá celá naše osobnost: naše minulost, naše rodinná historie, naše traumata. Ani sebevětší láska všechny překážky nepřekoná a všechny rány nevyléčí. Je třeba stále znovu opakovat, že bez zklamání, neshod a sebezapření se ani pravá láska neobejde. Tvrdit opak by znamenalo popírat realitu.

Rány, které nám byly v životě zasazeny, si stále neseme v sobě. Máme je vepsány ve své tělesné i duševní paměti. Často slyšíme: „Tak už na to zapomeň a obrať list,“ ale to by nebylo správné. Zapomenout totiž znamená potlačit, avšak to, co jsme potlačili, se stejně dříve nebo později začne hlásit o slovo. Naopak, abychom mohli odpustit, je nutné vybavit si vše, co s naším zraněním souvisí: co se odehrálo, kdo



to udělal a co jsme postrádali, a také si uvědomit, jak nás toto zranění v životě po-  
znamenalo. Chceme-li odpustit, měli bychom přesně vědět, co a komu odpouštíme.  
Kromě vlastní bolesti nás totiž často trápí i pocity viny vůči tomu, kdo nám ublížil,  
a toho lze snadno zneužít. Viník se snaží skutečnost překroutit a ze zodpovědnosti  
se vyvléci. Tvrdí, že nám nikdy neublížil a že tedy o žádném odpouštění nemůže být  
řeč („Za to, že se takhle cítíš, si můžeš sám!“).

Odpustit neznamená popřít. Není správné říci jen: „Nic vážného se nestalo, já vím,  
že jsi to neudělal schválně, už se k tomu nebudeme vracet“. To totiž zbavuje člověka,  
který nám (byť nechtěně!) ublížil, zodpovědnosti. Takto vyřčená věta znamená nedat  
mu možnost, aby své provinění uznal a zbavil se břemene viny. Je třeba vyjádřit svůj  
protest a dát najevo svou bolest. Doopravdy jsme byli zraněni, a to nelze nijak obejít.  
Proto odpustit není vůbec snadné, a než se k odpuštění dospěje, trvá to někdy hodně  
dlouho. Chtít nestačí, je třeba zapojit všechny naše schopnosti: myšlení, city, paměť  
i představivost a hlavně vůli. Přitom k odpuštění nemůžeme nikoho nutit. Odpuštění  
je svobodné a nezištné a vychází ze srdce. Ale jen odpuštění může uzdravovat a pro-  
čišťovat vztahy. Odpustíme-li, můžeme začít toho druhého milovat takového, „jaký  
je doopravdy“, jako člověka, který se ode mne v mnohém odlišuje, který se nechce  
změnit, který mě nemá rád tak, jak bych si přál, neumí se smířit s mými nedostatky  
a obrátit se ani nechce.

## POHLED NA JEDNOTLIVÉ VÝCHOVNÉ KATEGORIE

Svět vztahů je nejpodstatnější sférou lidského života prakticky v každém období.  
Velký výzkum dětí ve věku 6 až 15 let<sup>10</sup>, který v letech 2010 až 2011 uskutečnil Národ-  
ní institut dětí a mládeže, potvrdil, že v celém tomto období jsou nejdůležitějšími  
hodnotami ty, které přímo souvisejí s dobrými vztahy: *šťastná rodina a dobří přátelé*.  
Příznačné je pouze to, že se počáteční největší důraz na vlastní rodinu (čemuž lze  
rozumět jako prioritě vztahů k rodičům) s věkem přesouvá ve prospěch kamarádů.  
To je ostatně pro skautskou výchovu velmi dobrá zpráva potvrzující to, co geniální  
Robert Baden-Powell vložil do jejího základu: vzájemné působení vrstevníků má pro  
vývoj skauta/skautky stejně podstatný (a v některých ohledech i podstatnější) význam  
jako výchovné působení dospělých.

Následující soupis schopností u jednotlivých věkových kategorií vznikl v době tvor-  
by nových stezek, kdy jsme se snažili doslova „vykolíkovat“ prostor mezi výchovnými  
cíli (resp. klíčovými kompetencemi, z nichž jsme vycházeli) a konkrétními aktivitami  
(jež se pak nakonec objevily ve stezce). Jsou to tedy určitá kritéria (*indikátory*), která  
nám umožňují s dosti vysokou pravděpodobností usuzovat, zda dochází k naplňování  
výchovného cíle, nebo nikoliv. Představují tak do značné míry zrcadlo účinnosti naší  
výchovy. Takže i výchovy tvé. To ovšem neznamená, že pokud všichni členové v tvém  
oddílu nesplňují v daném věku tato kritéria, jsi vychovatelem neschopným. Pouze tě  
to upozorňuje, kudy je třeba s nimi projít, má-li se nakonec dospět k optimálnímu  
výsledku tvého skautského působení. Současně ti to poskytuje určitý celkový pohled  
na tuto cestu, neboť ty budeš nejspíš procházet se „svými“ skauty/skautkami jen její  
určitý úsek.

10) Hodnotové orientace dětí ve věku 6 až 15 let, NIDM v rámci projektu Klíče pro život; populární souhrn vyšel  
v publikaci *Děti v ringu dnešního světa*, jejímž spoluautorem je Edy.  
[www.nidm.cz/projekty/realizace-projektu/klice-pro-zivot/vyzkumy/cile-a-vystupy/deti-v-ringu-dnesnibo-sveta](http://www.nidm.cz/projekty/realizace-projektu/klice-pro-zivot/vyzkumy/cile-a-vystupy/deti-v-ringu-dnesnibo-sveta)

## **Předškoláci**

- ▶ Umí být ve skupině vrstevníků, aniž by jim ubližoval.
- ▶ Dokáže se s druhými dělit.
- ▶ Neřeší spory v oddílu agresí.
- ▶ Respektuje oddílové autority.

## **Vlčata a světlušky**

- ▶ Dodržuje pravidla her a soutěží.
- ▶ Chrání slabší a je dobrým pomocníkem starším.
- ▶ Je schopen aktivně přispět v oddílu k bratrskému řešení konfliktů.
- ▶ Má alespoň jednoho dobrého kamaráda a vůči ostatním členům oddílu se chová přátelsky.
- ▶ Občas někomu dokáže udělat radost z vlastní iniciativy.

## **Mladší skauti a skautky**

- ▶ Je schopen napomáhat neagresivnímu řešení konfliktů i mimo oddíl.
- ▶ Dodržuje pravidla těch společenství, jejichž je členem.
- ▶ Je platným členem své družiny i svého oddílu.
- ▶ Má několik dobrých kamarádů (v oddílu i mimo).
- ▶ Umí navazovat vztahy s lidmi, kteří nepatří do jeho bezprostředního okolí.
- ▶ Dokáže druhé potěšit.
- ▶ Pravidelně se zabývá tím, jak druhým dělat radost.
- ▶ Dokáže pro druhé něco vydržet.
- ▶ Dokáže odpouštět.
- ▶ Dokáže uvažovat o různých vlastnostech a typech jednání z hlediska vytváření dobrých vztahů.

## **Starší skauti a skautky**

- ▶ Je schopen obhájit, proč má smysl neporušovat řád, i když se zdá, že se to někdy nevyplácí.
- ▶ Zná z historie a kultury příklady lidí, kteří dokázali obstát i tehdy, kdy věrnost řádu pro ně znamenala nebezpečí nebo i újmu na životě.
- ▶ Dokáže vytvářet pěkné vztahy i k „odlišným“ skupinám: malým a mladším dětem, příslušníkům druhého pohlaví, starým lidem.
- ▶ Kvůli ostatním, na kterých mu záleží, se dokáže dlouhodoběji omezit nebo v něčem výrazně zapřít.
- ▶ Má náhled na vlastní jednání z hlediska toho, čím podporuje dobré vztahy a čím jim naopak škodí.

## **Mladší roveři a rangers**

- ▶ Má alespoň jednoho dobrého přítele.

- ▶ Vůči příslušníkům druhého pohlaví vědomě a systematicky usiluje o postoj, ve kterém převládají rysy bratrského partnerství: ohled na potřeby a dobro druhého, čestnost, zodpovědnost, pravdivost.
- ▶ Dokáže odpustit i vážné selhání svého přítele či dobrého kamaráda.
- ▶ Umí skautský zákon a slib vysvětlit v kontextu řádu lidských vztahů.
- ▶ Dokáže nacházet průmět řádu lidských vztahů i v dalších oblastech lidského života (např. právní řád, profesní etické kodexy apod.).
- ▶ Vybere si tři výtvarná díla různých autorů zobrazující lidskou tvář nebo tělo, která se mu líbí. Vysvětlí, co se mu na nich líbí. Vybere literární (nebo skutečnou) postavu, kterou považuje za krásnou, a vysvětlí, v čem spočívá krása této postavy. Zamýšlí se nad tím, zda se soutěže královny krásy v televizi opravdu zabývají skutečnou krásou soutěžících dívek, je schopen k tomuto tématu zaujmout stanovisko v diskusi a zdůvodnit ho. Umí se vhodným způsobem obléci, upravit, učesat (případně nalíčit) pro různé společenské i jiné příležitosti.
- ▶ Po delším pobytu v samotě dokáže vyjádřit, co mu hlavně sdělují ti, se kterými se setkává (třeba i zprostředkovaně) a kteří se na něj obracejí (např. rodiče, prarodiče, sourozenci, malé děti, staří lidé, příslušníci chudých národů, pronásledovaná zvířata, příroda, Bůh atd.).

### Starší roveři a rangers (dospělí)

- ▶ Dokáže z hlediska svého přesvědčení vysvětlit, odkud bere řád vztahů svůj základ. Ví nejen o přínosu respektování řádu vztahů mezi lidmi, ale i o nebezpečí, pokud se stane nejvyšší normou – a ví, jak tomu čelit.
- ▶ Dokáže rozpoznat manipulaci a účinně se jí bránit (i bránit před ní druhé).
- ▶ Vztahy chápe jako účast na samotné Lásce – a podle toho k nim přistupuje: Směrnici nalézá v tom, co napsal apoštol Pavel v úvodu 13. kapitoly svého prvního listu do Korintů

11) Úsek od 1 do 13. verše se nazývá *Velepíseň lásky*

## KONKRÉTNÍ AKTIVITY STEZKY

Konečně jsme dospěli ke „kuchařce“ – přehledu všech aktivit, které k danému bodu ve stezce jsou. U každé z nich je uveden *smysl aktivity*, většinou i *vhodná forma plnění* (pokud to není zřejmé) a nakonec i u některých *konkrétní návrhy programů*, které mohou skauty a skautky k plnění této aktivity připravit (případně ji přímo splnit).

**Smyslem aktivity** se rozumí její vnitřní hodnota – tedy to, kvůli čemu byla hlavně do stezky zařazena. Zpravidla bude uveden cíl (někdy v podobě kompetence), k jehož naplnění aktivita směřuje. Je jasné, že u některých aktivit jsou přesahy, takže jimi lze plnit současně více výchovných cílů. Uvádíme jen ty výchovné cíle, které jsou pro danou aktivitu zvláště významné.

**Vhodná forma plnění** je jednak určitým návodem, kde či jak by bylo možno členy oddílu ke splnění aktivity připravit, jednak tu stanovujeme rozumnou míru náročnosti. Zejména u aktivit pro rozvoj duchovního života (a v souvislosti s kamarádstvím a vztahy vůbec se o duchovní život jedná podstatně) se totiž mnoho vůdců a vůdkyň dostává do dvou krajností:

- a) rovnou předpokládají, že pro ně a „jejich děti“ nejsou, protože jsou „příliš náročné“,
- b) pokládají je sice za velice důležité, ale sami se nepovažují za vhodné průvodce v tomto směru, protože se nepovažují za dostatečně kompetentní „odborníky“.

Výsledek je v obou případech stejný: v oddíle se tato oblast prakticky ignoruje – ke škodě všech. Ve skutečnosti je každý normální vůdce či vůdkyně snažící se o nějaký vlastní duchovní život dostatečně kompetentní k tomu, aby do něj uváděl i své oddílové členy. Nesmějí ale mít přehnané představy o tom, jak je to všechno hrozně obtížné. Mnohdy rozumná strážlivost v této oblasti znamená založení těch nejlepších základů pro skutečný duchovní život dětí v jejich dospívání a dospělosti.

**Programy pro přípravu** jsou dílem naše vlastní návrhy, dílem z celé řady zdrojů, které uvádíme v seznamu literatury (a někdy i přímo u programu).

Aktivity jsou barevně „přirazené“ k jednotlivým Cestám v souladu s nášivkami stupňů stezky a jsou seskupeny podle příbuznosti toho, čeho se přednostně týkají a co hlavně rozvíjejí.

## Objevování ve světě vztahů

- Dokážu, že si cením lidí a vztahů s nimi: během dvou měsíců budu lidi kolem sebe poznávat a přispívat k přátelské atmosféře. Výsledek sdělím vůdci/vůdkyni.

**Smysl aktivity:** Pochopit, že přátelská atmosféra nevzniká automaticky, ale že k jejímu vzniku musí každý aktivně přispívat. Dítě má dospět k poznání, že i ono to dokáže. Postupně pochopí, že je důležité zajímat se o lidi kolem sebe a naslouchat jim, ale že je také potřebné, aby ostatní naslouchali jemu. Je to jeden z mála dlouhodobých úkolů, a proto je značně obtížný. Výsledek nepadá z nebe – dítě bude muset často překonávat samo sebe.

**Vhodná forma plnění:** Pro dítě je zásadně důležité, aby po dobu plnění tohoto úkolu mělo oporu v dospělém „průvodci“ (např. babička, dědeček, rover), který mu bude



citlivě, ale důsledně připomínat, k čemu se zavázalo, bude se o věc zajímat, povzbuzovat, přispěje radou. Dospělému se činnosti mohou zdát jednoduché, ale pro dítě je to velmi náročné. Proto stačí, když se například pokusí o zlepšení vztahu se sourozencem nebo o zlepšení vztahu ve třídě třeba tím, že reaguje jinak, než bylo u něj dosud běžné nebo čím se dosud přizpůsobovalo kolektivu. Snaží se např. být ochotné, udělat radost, podat nějakou věc, poděkovat.

### Formy vztahů

Na schůzce (družiny, oddílu) dáme postupně dohromady typické formy vztahů: kamarádství, rodičovství (rodiče–děti), sourozenecký vztah (bratr, sestra), příbuzenské vztahy, přátelství, partnerství (muž+žena, případně jiné typy partnerských vztahů), týmové vztahy, pracovní vztahy. Dále můžeme postupovat různě (například v závislosti na věku a vyspělosti členů) :

- Nejjednodušší je dávat společně dohromady pro jednotlivé formy vztahů to, co je pro ně typické a důležité (např. pro kamarádství – rovnocennost, společné zájmy, schopnost praktické pomoci, důvěra omezená na sféru společného života apod.).
- Každému se přidělí jedna či dvě formy vztahů (podle počtu členů družiny/oddílu) a do příští schůzky si každý připraví o tom typu vztahu nějakou prezentaci, aby z ní bylo patrné, co je pro ten typ vztahů podstatné a charakteristické a jak případně skrze tento vztah probíhá spolupráce s Láskou; může k tomu využít i obrázky, literaturu, písničky apod.).
- Účastníci se rozdělí do dvojic a mají za úkol některou z forem vztahů pantomimicky předvést. Ostatní nevědí jakou, ale snaží se ji uhodnout. Následně se provede reflexe, v níž by mělo být postiženo, co právě tvoří charakteristické rysy té které formy a jak lze skrze ni spolupracovat s Láskou (například skrze rodičovství doslova „stavět na nohy“ novou bytost a dodávat jí odvahu pro vlastní dospělý život – život zodpovědný vůči Pravdě a Lásce a schopný s nimi dále spolupracovat<sup>12</sup>).

► Najdu aspoň deset písniček, knížek nebo filmů, které jsou o dobrém přátelství.

**Smysl plnění:** Objevování vzorů a jejich sdílení s ostatními, vytváření přiměřené a vhodné představy o kamarádství a přátelství.

**Vhodná forma plnění:** Příprava prezentace nebo malé přednášky pro družinu, oddíl, hra motivovaná příběhem. Konkrétní zdroje: četba (např. *Dva roky prázdnin*, *Bratři Lví srdce*, *Trosčníci z Vlaštoky*, ale třeba i *Harry Potter*), film (*Správná pětka*). Cenné jsou příběhy o přátelství v kritických situacích (třeba přežití v přírodě). Vhodnou průpravou může být návštěva školní nebo obecní knihovny či porada s učitelem literární výchovy, rodičem, prarodičem apod. Film je možno zhlédnout společně s družinou nebo oddílem, to zážitek znásobí, vhodná je následná debata.

### 1 + 1 > 2

V této aktivitě půjde o to, nacházet příklady, jak vztahy rozšiřují možnosti lidí: co díky „spojenectví“ dokážou, ačkoliv by to každý zvláště nedokázal. Kromě na první pohled zřejmého vytvoření nového života mužem a ženou to mohou být méně patrné, a též důležité příklady překročení vlastních možností.

<sup>12</sup>) Inspirativní je *Prorok* od Chalíla Džibrána (O dětech, O přátelství, O manželství) – <http://prorocvi.sweb.cz/>

- Seznámím se s osudy několika významných osobností, které dokázaly obstát i tehdy, kdy věrnost správnému jednání pro ně znamenala nebezpečí nebo i újmu na životě.



**Smysl plnění:** Poznání správných vzorů a jejich příběhů. Podpora odvahy a ochoty dělat něco pro druhé nebo jednat v souladu se svým svědomím, i když je to riskantní (třeba oznámit šikanu, zastat se někoho neoblíbeného, sám se přiznat k vlastnímu selhání).

**Vhodná forma plnění:** Čtení knížek, příběhů (včetně komiksových), zhlédnutí filmů, návštěva muzea. Vzory ale také žijí mezi námi – pamětníci, dobrovolní hasiči, ekologové apod., ale i běžní občané. Je možné uspořádat s nimi besedu, pozvat je na oddílovku, napsat o nich reportáž pro oddílový časopis nebo web. Opomíjenou a přitom skvělou příležitostí je využití státních svátků – přečíst a zapsat jména z místního pomníku, kde klademe 28. října kytky, jít po osudech lidí. Další možností je třeba návštěva akce, kterou pořádá jiná organizace (beseda s odbojáři, s pamětníky holocaustu apod.), výprava na památné místo.

### Pozvání na Ivančenu

V sobotu 21. dubna 2012 se při příležitosti 67. výročí ukončení 2. světové války uskuteční tradiční celostátní setkání českých a slovenských skautů a skautek u junácké mohyly Ivančeny. Kamenná mohyla, která stojí na úpatí Lysé hory v Beskydech, byla založena v roce 1946 jako památka na československé skauty – členy skautského odboje, kteří byli během 2. světové války umučeni a popraveni nacistickým gestapem. Mohyla Ivančena se stala symbolem junácké nezdolnosti. Každý rok se zde schází skautské oddíly z obou republik, aby utily památku padlých skautů. Je zvykem, že s sebou přinášejí kámen ze svého kraje, a mohyla se tak neustále rozšiřuje. Výprava chropyňských skautů na Ivančenu se uskuteční v termínu 20.–21. dubna 2012 (pátek–sobota). Její náplní bude páteční noční pochod k mohyle Ivančeně, výstup na Lysou horu a přespání ve volné přírodě (spát se bude ve střediskových stanech). V sobotu se s našimi oddíly zúčastníme celostátního programu a pietního aktu u mohyly.<sup>13</sup>

- Zamyslím se nad tím, jaké jsou vztahy v mém okolí. Vymyslím způsob, jak je zlepšit, a pokusím se o to. O výsledku si popovídám s někým, komu důvěřuji.



**Smysl plnění:** Soustavněji se zamyslet nad sítí vztahů v okolí dítěte. Většina dětí tohoto věku o vztazích dosud příliš nepřemýšlela, spíše je prožívala jen pocitově (s tímhle si rozumím, s tím ne, toho nemusím, ti se nesnášejí, ten není oblíbený, ta je sympatická). Teď je důležité zamyslet se, proč tomu tak je a co s tím udělat.

**Vhodná forma plnění:** Vytvoření vztahového diagramu třídy, oddílu, družiny nebo třeba i rodiny.

### Sít vztahů

Ve středu papíru si každý symbolicky znázorní sebe. A pak „zabydluje“ své okolí bytostmi, k nimž má vybudovaný most (nemusí to být jen lidé). Existující vztahy tam vyznačí spojnicí, která může svou barvou a tloušťkou charakterizovat kvalitu toho vztahu (například „zlatou“ barvu mají ty nejkrásnější vztahy, zelenou správné kamarádké, červenou budou mít ty, které jsou nějak riskantní, černou ty, kde se to nedaří atd.). Starší k tomu

13) <http://junak-chropyne.cz>

můžou přidat vztahy, které jsou mezi těmi, co jsou už nakresleni na jejich papíru – vytvořit skutečnou síť. Dále mohou najít „území přátelství“ – tedy takovou část sítě vztahů, kde jsou všechny vztahy pěkné, nebo „území nedorozumění“ – kde dochází k častým poruchám vztahů atd.

Působení „sítě vztahů“ je možné dobře vyjádřit v aktivitě, kde se účastníci postupně propojí provazy tak, že každý je spojen s několika dalšími (například tak, že hráči drží v ruce hůlku, kolem níž je provaz stojí otočený; výchozí pozice hráčů je zhruba kruhová). Poté se jednotliví hráči střídají v tom, že zatahají za „své“ provázky (stačí například hůlku přitáhnout blíž k sobě). Tento jediný pohyb způsobí odezvu v celé síti. U starších účastníků je možno vyzkoušet i současný pohyb několika hráči. V následující reflexi by měla být právě prožita zkušenost působení v rámci sítě zobecněna na to, k čemu dochází i mezi námi, když jsou některé vztahy pěkné, nebo naopak nemocné: nějakým způsobem to zasahuje všechny.



- ▶ Dokážu obhájit svůj názor na to, jak internet ovlivňuje mezilidské vztahy, jaké klady i rizika může internetové kamarádství mít, a vysvětlím, proč si to myslím.

**Smysl plnění:** Uvědomit si, jak internet zasahuje člověka samotného, jak zasahuje do jeho vztahů, v čem jsou jeho klady a zápory. Zamyslet se nad tím, že je často dávana přednost virtuálnímu setkávání před tím opravdovým, tváří v tvář – je to pohodlnější a méně závazné, kontaktů sice může být víc, ale jsou často povrchnější. Zároveň hrozí nebezpečí zneužití a kyberšikana<sup>14</sup> při sdílení soukromých záležitostí.

**Vhodná forma plnění:** Ukázka internetové diskuse, pak debata v oddíle, družině (témata, co je charakteristické, počet diskutujících, čas tím strávený, názorové skupiny). Závěry mohou být zveřejněny například v oddílovém časopise či na webu. Je možné vytvořit si diagram vztahů s rozlišením jednotlivých typů (osobní kontakt, internetový kontakt, kombinovaný vztah), provést analýzu toho, jaký obsah převládá v jednotlivých typech vztahů. Závěry je možné využít ve škole jako téma slohové práce nebo v občanské výchově.

## Řád lidských vztahů



- ▶ Napíšu si, jaká pravidla platí pro život v oddíle, ve škole a u nás doma, a pokusím se přijít na to, proč je správné je dodržovat. Pak si o tom promluvím s vůdcem/vůdkyní nebo jiným dospělým.

**Smysl plnění:** Život s druhými se řídí pravidly. Bez jasných pravidel to prostě nefunguje! Usnadňují život v oddíle, v rodině, ve škole. Díky dodržování pravidel předcházíme zbytečným konfliktům. Pravidla nás učí, že musíme respektovat druhé i v chvíli, kdy se nám to vůbec nelíbí. Když se dodržují pravidla, dílo jde rychleji a lépe kupředu. A ten, kdo pravidla dodržuje, z toho také mnohem víc má – třeba ze hry nebo sportu. Víc se naučí, víc si prožije, lépe a bez konfliktů si zahraje.

**Vhodná forma plnění:** Skvělý je sport, zejména kolektivní hry. Na téma pravidel je možné diskutovat (např. v komunitním kruhu, který je sám o sobě řízen pravidly). Je dobré uvést příklady ze života a zamyslet se nad nimi: kam vede respektování, případně nerespektování pravidel (např. na silnici, v hudbě, při výuce, ...).

<sup>14</sup> Podrobněji je o ní pojednáno (včetně dalších odkazů) v publikaci *Záchranné lano*, kterou pro ČRD M napsal Edy a která by měla být rozeslána na všechny jednotky Junáka.

## Naše oddílová pravidla

Zkusme si vytvořit pro naši družinu či oddíl takový soubor pravidel, která nám budou usnadňovat náš vzájemný život. Mohou zahrnovat systém péče o klubovnu, o nářadí i další majetek, řešení konfliktních situací ohledně pozdních příchoďů nebo nedodržování slibů, neplnění úkolů, používání signálů, systém rychlé komunikace a svolávání se atd. Každé pravidlo by mělo být zdůvodněno a projít společnou diskusí a následně přijato buď souhlasem všech, nebo aspoň výrazné většiny (i způsob přijímání takových pravidel může být jedním z takových pravidel).

Podobný soubor pravidel by bylo velmi užitečné navrhnout a vytvořit třeba pro život ve třídě či jiném neoddílovém prostředí, kde se většinou jedná jen velmi živelně a existence společně vytvořených a přijatých pravidel by významně usnadnila řešení řady situací, jež jinak komplikují společný život. Domluva na takovém systému pravidel by byla ostatně užitečná i v leckteré rodině.

- Před vrstevníky obhájím, proč je správné dodržovat řád (např. zákony, pravidla hry...), ačkoliv se někdy na první pohled zdá, že je to nevhodné.



**Smysl plnění:** Dodržování řádu je vyjádřením fungujících vztahů, které se tak dlouhodobě budují k lepšímu. Tak jako existují fyzikální zákony, jsou i základní zákony pro lidské vztahy. Všichni chceme, abychom žili v příjemném a bezpečném prostředí, v němž panuje důvěra, nikoliv v prostředí zmatku, nejistoty a nedůvěry. Dodržování řádu je jediná cesta, jak toho dosáhnout. Dospívající už by toto měl mít srovnané, mít připravené argumenty a být připraven i předstoupit před ostatní: rozhodnout v případě konfliktu, při hře, rozsoudit druhé.

**Vhodná forma plnění:** inspirativní příběh s následnou diskusí, prezentace, video ze sportovního zápasu (rvačka na stadionu, Maradonův gól rukou apod.).

- Zamyslím se, čím ve svém jednání a svých postojích podporuji dobré vztahy a čím jim naopak škodím. Svoje závěry proberu s někým, komu důvěřuji.



**Smysl plnění:** Reflexe vlastního jednání, a to s určitým odstupem a nadhledem, tedy pokus podívat se na sebe objektivně. Jde o to, hlavně si uvědomit své konkrétní vlastnosti a jejich projevy s ohledem na vztahy, ve kterých žiji.

**Vhodná forma plnění:** Zápis do deníku a následný pohovor s vedoucím, rodičem nebo jinou důvěryhodnou dospělou osobou. Jde o velmi citlivou záležitost, jakousi osobní zpověď mladého člověka, která vyžaduje velkou diskrétnost a zodpovědnost od toho, kdo takovou výpověď přijme. Přípravou na plnění je celý oddílový život, zároveň také konkrétní program, např. dramatizace určitých situací, kdy dvojice nebo skupiny mohou předvádět nejen sebe, ale i někoho jiného.

## Čím se budují dobré vztahy a čím bourají

Účastníci nejprve dávají návrhy toho, čím se dobré vztahy vytvářejí (laskavostí, pozorností, ohleduplností, zájmem o druhé, schopností se do nich vcítit, trpělivostí, upřímností atd.) – vedoucí aktivity je zapisuje na flip (desku, tabuli). Když je už dostatečně rozsáhlý seznam a nic podstatného v něm nechybí (pokud tam něco z hlediska vedoucího chybí, může účastníky vhodně navést – třeba popisem nějaké situace), začne druhé kolo, ve kterém je každý z návrhů pečlivě prozkoumán – čím a jak pomáhá dobrým vztahům, jak je to důležité,



náročné atd. Nakonec si každý účastník rozdělí pro sebe tyto kladné „pomocníky vztahů“ podle toho, zda je sám schopen je druhým poskytnout, zda by rád, ale zatím není schopen, a konečně zda je pro sebe nepokládá za tak důležité. Celou aktivitu můžeme se staršími skauty a skautkami uzavřít tím, že si na základě těch svých vybraných kladných „silných stránek“ pro budování vztahů vytvoří vlastní znak nebo erb.

Na tuto aktivitu pak může navázat „zrcadlově obrácená“ – co dobré vztahy naopak bourá (hrubost, necitlivost, sprostota, nezájem o druhé, sobectví, lež, pomluvy, bezohlednost, ale i méně nápadné „choroby“: snaha toho druhého předělat a přílišné poučování, manipulace, cynismus atd.). Opět se provede následná debata o každém z těchto negativní „bouračů“ – čím a jak škodí, jak je to vážné, kdy k tomu nejčastěji dochází atd. Nakonec si zase každý může vybrat ty „své“ způsoby, kterými ohrožuje dobré vztahy, a případně si navrhnout, jak s nimi chce bojovat.

## Konkrétní podpora dobrých vztahů

- ▶ Během nějaké oddílové akce se pokusím tajně někomu pomáhat a dělat radost (viz např. hra „Skřítci“ – [www.hranostaj.cz](http://www.hranostaj.cz)).

**Smysl aktivity:** Výsledek se projeví na celkově lepší atmosféře v konkrétním kolektivu. Zároveň se probudí i zájem ostatních o to, kdo tím dobrým skřítkem je, a snahu dobrého skřítku napodobit. Dalším přínosem pro dítě samotné je poznání vnitřní radosti – jde o tajemství, o kterém ví jen ono. Učí se přitom sebeovládání (nevykřikovat na celý svět: To je moje zásluha!) a nezištnosti. Poznání, že takové počínání působí, i když kamarádi a vedoucí neznají konkrétního autora dobrých skutků.

**Vhodná forma plnění:** Přímou vyplývá ze zadání úkolu, i když je možná modifikace pro školní nebo domácí prostředí. Dá se využít denní příkaz dobrého skutku. Motivací může být nejen skřítek, ale taky zvěd, indián, ochránce přírody. Snahou je zůstat co nejvíce utajen, nepozorován, nenápadný.

### Skřítci

Hra vhodná na dlouhodobější pobyt – každý se stává dobrým skřítkem někoho jiného.

Legenda: poslouží kterákoliv pohádka o nenápadných, neviditelných skřítcích, kteří prokazují svým lidem dobré skutky, chystají jim nečekaná příjemná překvapení, apod. Všichni zúčastnění napíší svá jména na lísteček, který složí tak, aby se jméno nedalo přečíst, a vhodí jej do losovací krabice/klobouku. Každý si vytáhne jeden lísteček a v ten okamžik se stává dobrým skřítkem toho, jehož jméno si na papírku přečte (pokud si vylosuje sám sebe, vybírá podruhé a své jméno vrátí zpět). Snaží se mu nepozorovaně, leč účinně prospívat a zpříjemňovat život až do konce pobytu. Nikdo by neměl zůstat lichý (všichni jsou zároveň skřítky někoho jiného a sami nějakého tajného dobrodince mají). Hra končí poslední večer před odjezdem z tábora/hor/vody. Bývá fajn si popovídat o tom, kdo skřítkovo snažení doopravdy pocítil, kdo poznal, kdo je jeho skřítkem. Nakonec by všichni skřítkové měli vystoupit z anonymity a přihlásit se ke svým lidem. Cílem hry by mělo být rozšíření „skřítkování“ i do běžného života oddílu či skupiny, a to nejen vůči jedné, konkrétně určené osobě, ale vůči všem okolním. Lze pojmout i jako celoroční aktivitu.

- ▶ Dva týdny si budu zvláště všimát, jestli někomu v mém okolí (oddíl, škola, rodina...) není smutno nebo jinak zle. Pokud si toho všimnu, budu se mu/jí snažit pomoci a potěšit ho/ji.

**Smysl plnění:** Dítě se nezaobírá jen samo sebou, ale učí se vnímat i druhé, zajímat se o příčinu problému. Zjišťuje, že není na světě jen ono, že problémy mají i druzí a že ono může často pomoci – třeba jen zájmem a dobrým slovem, ale často i radou, činem. Zároveň se učí vstupovat do soukromí druhých citlivě, nebýt dotěrné a vlezlé, učí se tedy ohleduplnosti a přiměřenosti. V důsledku to má vliv na zlepšování vztahů, přátelskou komunikaci i inspiraci pro druhé.

**Vhodná forma plnění:** Projevení zájmu, které může mít podobu přátelské SMS, oslovení na facebooku, zaslání mailu, nebo i, což může být nejtěžší, přímého rozhovoru. Dobrou možností je i drobný dárek a někdy i zcela konkrétní praktická pomoc (hledání ztracené věci, vysvětlení těžkého učiva, navržení řešení obtížné situace, zprostředkování kontaktu s dospělým).

### Sochy, které mají pocity<sup>15</sup>

Soucítění je možné jen tehdy, když známe své vlastní pocity. Pouze tak můžeme rozpoznat pocity u jiných lidí. Při této hře mají děti příležitost vyjádřit své pocity neverbálně, celým tělem. Důležité je, aby se jednotlivé pocity střídaly relativně rychle, každému pocitu je třeba věnovat vždy jednu minutu. Hráči se rozestaví po místnosti (nebo venku na louce, na hřišti, na táborovém náměstíčku). Vedoucí hry řekne nějaký pocit. Každý hráč vytvoří ze svého těla sochu, která bude tento pocit vyjadřovat. Začít se může třeba zvědavostí (jaké máme oči, když jsme zvědaví, co se děje s naším čelem, můžeme mít otevřená ústa, nějakým způsobem držíme hlavu, ruce, celé tělo). Vedoucí hry chodí kolem, aby si všechny sochy prohlédl. Následovat mohou například *únava, radost, vztek, strach, něha, starost*. Děti mohou pocity navrhovat také samy. Varianta: Děti mají jednu minutu na to, aby si ukázaly, jak se pocit mění. Nejprve tedy ukazují např. únavu, pak své tělo únavy zbavují, aby vypadalo stále svěžeji. Příklady: láskyplnost – nenávisť, znučenost – zájem, pokora – panovačnost, zdrženlivost – dotěrnost apod.

- Pomocí internetu nebo jinak si najdu „přítele na dálku a začnu si s ním psát“.

**Smysl plnění:** Seznámit se s člověkem z jiného prostředí, navázat třeba vztah se skautem/skautkou z jiného koutu republiky – z toho se může třeba časem vyvinout pěkná spolupráce pro oddíl. Prostřednictvím vzdáleného kamaráda získat nový pohled na svět, vymanit se z určitých stereotypů svého okolí. K tomu je možno využít právě nových komunikačních technologií – facebook, twitter, skype, ICQ apod.

**Vhodná forma plnění:** Najít prostřednictvím internetu webové stránky oddílu, střediska nebo skautské diskuse na webu (např. Teepek) a na kontaktní adresu napsat prosbu či žádost o zprostředkování kontaktu na někoho, kdo by měl zájem o kamarádství na dálku. Následně je možné seznámit s kamarádem ostatní – napsat příspěvek na webové stránky nebo do oddílového časopisu, doplnit fotografie. Časem se dokonce mohou členové družiny, oddílu se vzdáleným kamarádem setkat – může se jim (po dobré přípravě) představit na schůzce oddílu nebo družiny přes skype a oni se mohou představit jemu.

- Dva měsíce se budu v oddíle (ve škole, v místě bydliště, v zájmovém kroužku ...) věnovat tomu, kdo je v tomto prostředí nový nebo osamělý.

15) VOPEL, Klaus W. *Skupinové hry pro život*. Praha: Portál, 2008.

**Smysl plnění:** Vcítit se do druhého, klidně přes své vlastní, už někdy prožité pocity. Například pocit osamělosti a třeba i určitého ohrožení zažil jistě každý, kdo přišel do nového prostředí. A ten, kdo zažil pomoc druhého, poznal taky pocit vděku a úlevy. Je třeba dopřát podobnou úlevu druhým. Dítě zároveň pozná, jak hezké je pomoci druhému, překonat svůj vlastní ostych a velmi pravděpodobně získat i nového spence, kamaráda.

**Vhodná forma plnění:** Na rozdíl od čtvrté aktivity je nyní zapotřebí věnovat se soustavněji jedné osobě (záměrně neříkáme „kamarádovi“, protože může jít i o někoho, koho zatím dobře neznáme). Opět je třeba podpora dospělého. Dobrou motivací může být příběh, který vystihuje situaci osamělého dítěte. Je dobré stanovit si (zapsat) na každý týden dva až tři nápady, jak se osamělému dítěti citlivě věnovat. Kontakt je možné navázat třeba takto: přisednout si u oběda ve školní jídelně, nabídnout nějakou konkrétní pomoc nebo sám o ni požádat. Nejlepší je pustit se společně do nějaké činnosti: příprava programu, hry, výpravy, splnění nějakého úkolu pro oddíl, středisko. V oddíle, kam přijde nováček (ale i ve školní třídě), mohou pomoci hry, při kterých prostě tají ledy a nováček je vtažen mezi ostatní.

### Nosorožec, opice, kachna, slon

Všichni stojí v kruhu. Vedoucí hry uprostřed střídavě ukazuje na různé hráče a řekne vždy název některého ze čtyř zvířat: nosorožec, slon, kachna, opice. Určený hráč a jeho sousedé nalevo a vpravo musí zadané zvíře okamžitě předvést takto:

**Nosorožec:** Hráč v předklonu udělá rukama dlouhý nos a dupe. Jeho sousedé napravo a nalevo naznačují každý dvěma prsty u jeho hlavy maličké uši nosorožce.

**Opice:** Hráč si jazykem vyduje dolní ret a drbe se jednou rukou na bradě, druhou shora na temeni hlavy. Vyráží jako opice: hu-hu-hu! Jeho sousedé teď nedělají nic.

**Kachna:** Hráč zvedá a sklápí lokty jako malá křídla. Napodobuje kachní ga-ga-ga-ga. Oba jeho sousedé přešlapují z nohy na nohu a klátí se jako kachna.

**Slon:** Hráč se uchopí prsty za nos a druhou ruku provlékne před sebe jako chobot. Jeho sousedé nalevo a vpravo naznačí oběma rukama směrem k němu veliké sloní uši.

Vedoucí hry vyzývá postupně další a další hráče, aby předvedli nosorožce, slona, kachnu nebo opici, a tempo zrychluje. Jde o pohotovou reakci osloveného a jeho sousedů. Hráči se začínají plést, opici udělají sloní uši, kachně dlouhý nos apod. Kdo se splete, odstoupí. Vyhrávají poslední tři.

**Varianta:** Kdo se splete, zůstává v kruhu, ale nepředvádí. Hráči tak musí občas „dát dohromady“ zvíře i přes několik vyřazených, nehybných hráčů.



- ▶ Opakovaně prokážu, že mi záleží na tom, správně rozumět stanoviskům ostatních. Zkusím vymyslet způsob, jak se to na mně pozná.

**Smysl plnění:** Rozvoj schopnosti naslouchat druhým a vést s nimi dialog, dokázat porozumět druhým a dát to najevo, což je významnou podporou vzájemných vztahů.

**Vhodná forma plnění:** To, že dítě umí dát najevo porozumění názoru druhých, případně snahu jim porozumět, se může velmi dobře hodit i ve škole a v životě vůbec: výrazem, gestem vyjádřit pozornost a vnímavost pro to, co říká druhý. Nebát se požádat o zopakování toho, čemu jsem napoprvé neporozuměl. Dobře se to dá uplatnit při

řešení společného úkolu, ale také přímo na schůzce při diskusi na nějaké téma, při projednávání problémů nebo programu družiny, oddílu nebo při výkladu pravidel.

## Vztahy k různým skupinám lidí

- ▶ Dokážu v diskusi vyjádřit svůj názor na to, jaké by měly být vztahy děvčat a chlapců v mém věku, a vysvětlím, proč si to myslím.



**Smysl plnění:** Pochopit, že jde o různé typy vztahů – kamarádké, přátelské, první lásky, postřehnout nejen zápory, ale hlavně klady a odlišnosti v rámci těchto vztahů, o těch uvažovat, shromáždit si podklady, informace a na jejich základě argumentovat: netvrdit něco jen na základě pouhých pocitů a předsudků. Je to také příležitost zamyslet se sám nad svým chováním vůči opačnému pohlaví.

**Vhodná forma plnění:** Napsat vlastní úvahu nebo příběh pro časopis, web, školu. Další formou může být debata zahájená seznámením s literaturou a shromážděnými fakty.

- ▶ S družinou vymyslím a zrealizuji divadelní scénku o vztazích děvčat a chlapců v našem věku.



**Smysl plnění:** Na rozdíl od předchozího bodu, kde je problém uchopen spíš racionálně, tady jde navíc i o samotný prožitek.

**Forma plnění:** Vyplývá přímo ze zadání. Vhodná je inspirace uměleckým dílem. Průpravou pro nácvik představení mohou být herecké etudy – zrcadla, sochy, pantomima.

- ▶ Víím, co je důležité ve vztazích s malými dětmi a snažím se to skutečněit pěkným vztahem k nějakému výrazně mladšímu dítěti (ne sourozenci).



**Smysl plnění:** Vědět něco o odlišném chování a jednání malých dětí, o tom, co je pro danou životní etapu typické. To, co často považujeme za zlobení nebo schválnosti, mohou být zákonité projevy určitého stupně vývoje jedince. Uvědomit si své chování vůči malým dětem, jak jim rozumím (nerozumím) a jak na mě působí. Jde o nutný předpoklad při vedení světlušek a vlčat.

**Vhodná forma plnění:** Je nutná určitá znalost základů vývojové psychologie a aplikace poznatků na akcích, kde jsou všichni ze střediska společně. Typickou formou plnění je vytvoření bližšího vztahu s nějakým konkrétním dítětem nebo skupinkou dětí (vlčata, světlušky) – jakýsi patronát nad mladším kamarádem (učení, společná záliba – sport, chov zvířete, hudba, ...).

- ▶ S družinou připravíme dotazník či interview, z kterého se dozvíme něco ze života seniorů. Každý navštíví alespoň tři seniory, od kterých získá odpovědi (např. v domově důchodců, u vlastních prarodičů...).




**Smysl plnění:** Uvědomit si, že starší a staří lidé patří do reálného života, že i oni byli mladí stejně tak, jako jsme momentálně my. Uvědomit si také, že od seniorů je možné získat řadu cenných rad, dozvědět se od nich jako od pamětníků nerůznější zajímavé skutečnosti. Zjistit, že i starší lidé často žijí plnohodnotné životy, mají spoustu koníčků a nápadů, prožívají naplno vztahy jak v rodině, tak mimo ni. Prostřednictvím seniorů se děti setkávají s životní moudrostí.

**Vhodná forma plnění:** Bezprostředně vyplývá ze zadání aktivity. Výsledek je možno se souhlasem dotazovaných publikovat. Z aktivity může vzniknout prospěšná a pěkná spolupráce (zvaní seniorů na akce oddílů či střediska, uspořádání společné akce, kde se tito mohou dobře zapojit, kde sami mohou přispět vlastním programem – vyprávěním, rozhovorem). Výborným příkladem je i projekt Skautské století.

### Za časů babiček a dědečků


Členové družiny či malého oddílu si během předchozích dvou či tří týdnů seženou od někoho, komu je minimálně 55 let (nejsnazší je to samozřejmě opravdu u babičky či dědečka – pokud žijí a dítě má s nimi dobrý kontakt), nějaké informace z jeho života, když byl tak starý, jako je teď samo dítě, které se má na schůzku připravit. Může se jednat o to, jak to tehdy vypadalo ve škole, jaké měl dotyčné hračky, čím se tehdy zabývali jeho rodiče, jaké knihy se tehdy četly, o čem se vysílalo v televizi, jaké potraviny byly běžně v obchodě i potom na stole při obědě, jaké vynálezy byly tehdy v módě, jak trávili prázdniny atd. Vše se dá ještě doplnit nějakým konkrétním předmětem z té doby, novinami, fotografií, magnetofonovou nahrávkou. Následně pak každý během několika málo minut podá ostatním o své „výpravě“ do historie zprávu.

- 
- ▶ Dokážu vysvětlit, co je ve vztazích se starými lidmi důležité a snažím se to uskutečnit pěkným vztahem k nějakému konkrétnímu člověku (mimo rodinu).

**Smysl plnění:** Vědět něco o odlišném chování a jednání starých lidí, o tom, co je pro danou životní etapu typické. Uvědomit si své chování vůči starým lidem a jak na mě tito lidé působí.

**Vhodná forma plnění:** Začít se může společnou aktivitou oddílu, družiny, střediska: besídka v domově seniorů, Betlémské světlo, návštěva nějakého hosta z řad seniorů. V kontaktu se staršími spoluobčany nemusí jít o nic zvláštního. Pozdrav je základ! Úsměv, pár vlídných slov, zájem při setkáním s někým, koho pravidelně potkáváme...

### Řešení náročných situací

- 
- ▶ Alespoň na třech konkrétních příkladech z poslední doby dokážu, že umím snést něco nepříjemného, když je to pro dobro druhých, nebo jim pomoci v něčem, do čeho se mi nechce.

**Smysl aktivity:** Dítě zjistí, že dokáže přemoci samo sebe, svoje nepříjemné, sobecké pocity, a to kvůli někomu jinému. Dostaví se dosud často nepoznaný pocit z vykonání něčeho dobrého, navíc zhodnocený překvapením, vděkem a následně už často trvale přátelským a vstřícným přístupem kamaráda, spolužáka. Dítě se zároveň může stát osobním příkladem pro druhé.

**Vhodná forma plnění:** Často se bude jednat o nějaké konkrétní práce, před kterými raději všichni honem utečou nebo se jim vyhnou: úklid třídy po vyučování, úklid klubovny po schůzce, pomoc službě ve třídě (i když sám službu nemám), hlídání chaty, klubovny, táborových věcí, zatímco ostatní jdou na zajímavou akci (velká oběť!). Druhá častá možnost je přijmout roli nebo pozici, která je v rámci skupiny méně výhodná: nepředběhnu ve frontě ve školní jídelně, i když to většina ostatních udělá, na táboře se vzdám přídatku dobrého jídla ve prospěch někoho jiného, uvolním lepší místo, které jsem uchvátil u stolu, u ohně – třeba zůstanu i stát.

- ▶ Víím, proč je správné se kvůli ostatním, na kterých mi záleží, dokázat omezit nebo v něčem výrazně zapřít. A prokážu, že se o to snažím.



**Smysl plnění:** Pochopit, že tímto způsobem lze přispět k úspěchu nebo spokojenosti ostatních, jednotlivců i celku. Navíc v životě může dojít k situacím, kdy jenom tato schopnost může zabránit poškození celku nebo dokonce zachránit zdraví či život někoho druhého.

**Vhodná forma plnění:** Nabízí se téměř na každém kroku: vzít někomu, kdo už nemůže, na chvíli těžký batoh nebo převzít něco z jeho obsahu, půjčit někomu, komu je zima, svetr, rozdělit se o jídlo, nabídnout místo ve stanu, u ohně. Na túře nebo výpravě se podřídit nejslabšímu článku skupiny, hrát fair-play, i když je to pro mne nevýhodné. Ustoupit ze svého stanoviska ve prospěch druhých (třeba když jde o využití času nebo peněz).

- ▶ Na příkladu minimálně tří konkrétních konfliktů (v oddíle i mimo něj) prokážu, že chápu, proč konflikty vznikají a jak se dá pomáhat jejich přátelskému řešení.



**Smysl plnění:** Pochopení vzniku konfliktu. Pokud bude každý prosazovat jen svoje řešení, většinou se žádné nenajde. Dítě si má uvědomit: Nejsem tu sám a neexistuje jen ta moje pravda. Je třeba přijmout nutnost umění kompromisu nebo někdy také ustoupit názoru většiny, případně dobře vyargumentovanému názoru. Pro úspěšné řešení konfliktů je tedy užitečné mít připraveny argumenty (dnes se totiž lidé velmi často řídí pocity a skutečné věcné argumenty jim chybí). Rovněž je třeba umět se navzájem vyslechnout, dát si prostor (více v bodu Komunikace mezi lidmi).

**Vhodná forma plnění:** Diskuse v oddíle. Příběhy (o konfliktech) do oddílového časopisu nebo na webové stránky. Pomoci řešení se dá na schůzce, výpravě, a to rozvahou, schopností ustoupit, snahou porozumět, uklidnit atmosféru, nerozdmýchávat hádku.

## Kulatý stůl

Je určen pro dva hosty (členy oddílu), z nichž každý má jiný názor na nějaký konkrétní problém, který se vyskytl v oddíle a vyvolává konflikty. Třetí může být moderátor. Diskutující si připraví věcné argumenty (pro a proti), a snaží se je jasně vyjádřit. Respektují pokyny moderátora, který debatu řídí. Je třeba zachovat vzájemný respekt, vážit si druhého, i když má jiný názor. Vyjasnit si, kde je shoda a kde neshoda.



- ▶ Celý týden se budu snažit řešit všechny rozepře v klidu bez hádek, nadávání a skuhrání. Vždy se pokusím najít kompromis. Každý večer se zamyslím nad tím, jak se mi to dařilo.

**Smysl plnění:** Uvědomit si, že v klidu a s rozvahou se problémy řeší daleko lépe. Nepodléhat živelnosti, pochopit důležitost kompromisu. Je řada situací v životě, a zřejmě jich bude většina, kdy je kompromis nutný, a to právě ve vztazích: v partnerském či v kamarádském vztahu, v rodině. Dítě se učí chápat důvody, argumenty, postoje druhých. Učí se sebeovládání a pochopení toho, že pro celek může být kompromis lepším řešením, než je to jeho vlastní.

**Vhodná forma plnění:** Promluva s maminkou nebo tatínkem či dospělým, kterému dítě důvěřuje. K zamýšlení dobře poslouží zápisy v deníku, případně zvuková nahrávka pro „rozhlas“ či video pro „TV“. Po dohodě s vedoucím lze výsledek ostatním předvést jako část programu na schůzce. Zvláště zajímavým může být výtvarný projektík: „Ztvárnění mých sedmi dnů“ formou minikomiksu na nástěnku v klubovně, do časopisu nebo na webové stránky. Motivací může být opět příběh.



- ▶ Vymyslím postup kamarádského řešení konfliktu a zapíšu si ho do zápisníku.

**Smysl plnění:** Nejprve jde o to, přemýšlet o konfliktu obecně – a uvědomit si, že konflikt může probíhat různě: nemusí to být vždycky průšvih, ale cesta k dobrému řešení – to ale záleží na tom, jak si lidé v konfliktu počínají. Pak jde o postoj: Já chci konflikty řešit dobře. A konečně o volbu správného postupu – vědět, jak na to, co k řešení určitě nevede a co řešení naopak prospěje (viz metodika).

**Vhodná forma plnění:** Rozebrání konkrétní konfliktní situace a vyvození obecnějších závěrů. Ty je možno prezentovat na nástěnce v klubovně, uspořádat o tom debatu, vytvořit prezentaci. Dobrou přípravou by mohla být třeba dramatizace neúspěšně řešeného konfliktu v družině nebo v oddíle, úryvek z knihy nebo ukázka z filmu.

## Já a konflikty?

Každý účastník si sám zapíše odpovědi na tyto otázky:

- Jaké typy konfliktů (podle obsahu nebo příčiny) řeším nejnáze a se kterými mám naopak největší potíže?
- Na jakou svou největší chybu si vzpomínám z nějakého konfliktu z poslední doby?
- Čím to bylo, že se mi podařil nějaký výraznější konflikt z poslední doby dobře vyřešit (co bylo tím dobrým řešením?)



- ▶ Vím, proč je důležité umění odpouštět druhým i sobě, a také odpouštět druhým i sobě dokážu. Zkusím vymyslet způsob, jak se to na mě pozná.

**Smysl plnění:** Odpouštění je nezbytné kvůli opětovnému pročišťování a uzdravování vztahů. Bez odpouštění vztahy postupně umřou kvůli zraněním, která vzniknou z neodpuštěných chyb. Přitom zkušenost, že mi bylo odpuštěno, dnes mnoha dětem chybí, protože to často nedovedou jasně vyjádřit ani jejich nejbližší dospělí. Zvláště tehdy je

potřeba, aby dítě začalo samo u sebe. Jsou sice děti, které si odpouštějí docela snadno, pro jiné to však může být problém. Přitom odpuštění sobě samému se projeví velkou úlevou. Člověk se přijme, může zase sám se sebou žít. Takové dítě potom snadněji dopřeje tuto úlevu i druhým. Vcítí se, pochopí, pozná i pocit určité velikosti, totiž že malichernosti dokážou těžce nabourávat lidské vztahy. Učí se rozpoznat, kdy jde o malichernost a že i přes nejlepší vůli se někdy nevyvaruje toho, že udělá chybu, kterou někomu ublíží. A stejně tak někdo může ublížit jemu.

**Vhodná forma plnění:** Mohla by mít třeba tuto podobu: Přestanu se obviňovat. Můžu si o tom udělat zápis do deníku, kde rozeberu, jakou jsem udělal chybu a jak jsem ji případně vyřešil. Můžu také jít a omluvit se tomu, komu jsem ublížil, a snažím se podobnou chybu neopakovat. A když ublíží někdo mně? Netvářím se uraženě, nehádám se. Dokážu udělat první krok, oslovit kamaráda, chovat se normálně, přátelsky. Někdy stačí drobnost – úsměv, dání přednosti, podání věci. Budu ochotný být s kamarádem, se kterým jsem měl konflikt, ve dvojici či skupině při hře.

### Odpuštění<sup>16</sup>

Každý účastník si na papír nakreslí dvě stejné postavy (mohou být i předtištěny). U jedné je napsáno: nejvíc mi ublížil: Kdo? Jak? U druhé: nejvíc jsem ublížil: Jak? Komu? Chci, aby mi odpustil? Umím odpustit já? Poté z hromádky kamínek každý vybírá jeden jako symbol toho, komu odpouští. Kamínek lze vybrat libovolný počet. Všichni dohromady z nich složí symbol odpuštění (srdíčko, květinu).

Něco málo teorie pro výklad: Odpuštění není pouze věcí citu, ale rozhodnutí – chci odpustit, dávám ti novou šanci. Odpuštění neznamená, že necítíš bolest či smutek, neznamená to ani, že zapomeneš. Neznamená to ani, že ten člověk musí být tvým přítelem. Ale dáváš mu šanci být jiný. Odpouštíme nejen kvůli jiným, ale zejména kvůli sobě. Odpuštění potřebujeme, abychom mohli být šťastní, dávat i přijímat. Neodpuštění nás uzavírá do cely zloby – tzv. *Vězení s klíčem uvnitř*.<sup>17</sup>

16) NOVÁKOVÁ, Marie a kol. *Učíme etickou výchovu*. Praha: Etické fórum ČR.

17) LACHMANOVÁ, Kateřina. *Vězení s klíčem uvnitř*. Kostelní vydrří: Karmelitánské nakladatelství, 2012.





## C.2 – Moje vztahy



### Výchovné cíle:

- ▶ Umí důvěřovat – sobě, druhým, světu, lásce.
- ▶ Je schopen si své city uvědomovat a přijímat, umí je ovládat i vyjadřovat.
- ▶ Je důsledný a spolehlivý.
- ▶ Umí se účinně učit od druhých a využívá toho.
- ▶ Je schopen vytvářet a žít hluboké lidské vztahy.
- ▶ Chová se zodpovědně v partnerských vztazích.

*V tomto bodě mám ukázat, že o kamarádství nejen pěkně mluvím, ale také se o něj opravdu snažím. Chci se učit důvěře, i když vím, že mě někdy mohou druzí zklamat. To, že jsou kluci a děvčata různí, je bezva, i když jsou s tím někdy potíže. Nechci kazit kamarádské prostředí kolem sebe pomluvkami a hrubým nebo sprostým jednáním.*

Cesta Země + Cesta Vody

*V tomto bodě se nejvíc pozná, jestli plním opravdu svůj slib sloužit nejvyšší Láске věrně v každé době. Bez důvěry není možné prožít opravdové přátelství nebo lásku. Proto nebudu zneužívat důvěry, kterou mi daruje někdo jiný. A budu důvěřovat svým přátelům, i když vím, že si nemusíme porozumět nebo mě mohou zklamat. Chci se co nejlíp připravit na vztahy, které vydrží celý život.*

Cesta Vzduchu + Cesta Ohně

## JEDINÉ SKUTEČNÉ BOHATSTVÍ

Lidské vztahy. Naše vztahy. Tvoje vztahy. Autor Malého prince Antoine de Saint – Exupéry napsal, že *lidské vztahy jsou jediným luxusem, který si opravdu máme dopřát*. Nechtěl tím ovšem říct, že jsou něčím, bez čeho se můžeme obejít. Naopak jsou tou jedinou skutečností, do které stojí za to „investovat“ všechno, co člověk má i čím je. K tomu ostatně není třeba žádné zvláštní chytrosti, aby tohle člověk věděl. Tak či onak to cítí naprostá většina lidí. Když mají odpovídat na otázku, co je pro jejich štěstí nejpodstatnější, minimálně 80 %<sup>18</sup> z nich uvede dobrou rodinu a přátele. V tom je určitý paradox naší civilizace: Největší díl svého času a své energie věnují dnešní příslušníci západní společnosti tomu, aby se prosadili v konkurenčním prostředí světa práce a úspěchu, ale to je šťastnými nečiní. Dokonce kvůli tomu zanedbávají sféru vztahů, která je může učinit opravdu šťastnými.

Z hlediska toho, co je potřeba ke zvládnutí úkolů tohoto bodu skautské stezky, už není třeba mnoho vykládat. Skoro všechnu nutnou teorii jsme zvládli v souvislosti s bodem předchozím. Navíc je dnes k dispozici takové množství knížek – i kvalitních – o tom, jak správně žít vztahy, že člověka spíš zarazí, že těch opravdu dobrých vztahů je tak málo. A o to jde – o praxi. Právě ta je podstatou tohoto bodu stezky *Moje vztahy*. Tady půjde spíš o to motivovat a vybavit potřebnými kompetencemi členy oddílu k tomu, aby neztratili chuť a odvahu budovat opravdu dobré vztahy – a to nejen v oddíle, ale i ve svém okolí. Ze všech stran budou totiž dostávat „signály“, že je to naivní životní strategie, cesta, na které může člověk jen ztroskotat a stát se smutným donkichotem bojujícím s větrnými mlýny při pouti za vysněnou Dulcineou lásky, která ve skutečnosti neexistuje. A je právě na tobě a tvých spolupracovnících v oddíle, abyste před tímhle destruktivním působení „své“ děti chránili, abyste je vybavili účinnými protilátkami, které zabrání jejich infikování touto zničující skepsí. Nedosáhneš toho ovšem sebevymyšlenějšími řečmi, ale hlavně a především tím, že na tobě uvidí, že ty sám důvěřuješ tomu, že cesta ve službě Lásky není cestou vedoucí k životní prohře, nýbrž poutí, která přes všechny možné dílčí porážky vede ke skutečnému vítězství. Je to nejzásadnější otázka smyslu a ceny skautingu vůbec: jeho tři principy jsou tři vztahy.

### Jak skutečně podporovat děti k dobrým vztahům

V roce 2007 uskutečnila Pavla Kaňková v rámci své diplomové práce na katedře psychologie Filozofické fakulty University Palackého v Olomouci výzkum na téma *vliv rodinného prostředí na utváření prosociální orientace dítěte staršího školního věku*.<sup>19</sup> Závěry jsou formulovány s ohledem na rodinné prostředí, ale úplně **totéž můžeme vztáhnout na prostředí oddílové**.

Prosociálním jednáním (chováním) se myslí právě takové jednání, které má na zřeteli hlavně prospěch druhého/druhých a jeho zdrojem je přesvědčení o správnosti takového jednání a současně i radost z něj. Autorka v závěru shrnuje hlavní zjištění svého výzkumu takto:

**Prosociální prvky chování se formují především v takové rodinné atmosféře, ve které panuje otevřenost a přímost, kde jednotliví členové rodiny mají možnost vyjadřovat své postoje, city či názory, projevují o sebe intenzivní zájem a navzájem se podporují.**

18) Pravidelně se tím zabývá výzkum CVVM – viz <http://cvvm.soc.cas.cz/vztahy-a-zivotni-postoje/jake-hodnoty-jsou-pro-nas-dulezite>

19) Celá práce je k dispozici zde: <http://www.vyzkum-mladz.cz/zpravy/1355740369.pdf>

Novým, zajímavým výzkumným zjištěním je skutečnost, že **prosociální orientace dítěte je ve velké míře ovlivňována také zvýšenou orientací rodiny na společné aktivní a rekreační trávení volného času a na intenzivní zapojování se do různých intelektuálně-kulturních aktivit a záležitostí.**

Na základě výsledků kvantitativní a kvalitativní části realizované výzkumné studie jsem formulovala některá **praktická doporučení** pro rozvíjení prosociálního chování dítěte staršího školního věku v rámci rodinné výchovy, například:

- ▶ Z hlediska výchovných stylů se jeví optimálním *demokratický výchovný styl*, ve kterém vychovatel působí především *příkladem*, udílí méně příkazů a *podporuje iniciativu dítěte*. Partnerským přístupem vyjadřují rodiče *důvěru, že dítě udělá to nejlepší, co může, a to vzhledem ke svému věku a zkušenostem*.
- ▶ *Domlouvat a stanovovat výchovná pravidla a pravidla rodinného soužití ve spolupráci s dětmi.*
- ▶ *Dbát na dodržování stanovených dohod a pravidel, které však není bezvýhradné, ale bere ohled na aktuální situaci, její okolnosti a možnosti dítěte.*
- ▶ *Usilovat o to, aby se děti pravidelně zapojovaly do péče o domácnost, udržovaly ve svých věcech pořádek a měly jasnou představu o tom, jaké jsou jejich povinnosti.*
- ▶ *V co největší míře uplatňovat výchovnou taktiku vysvětlení, přátelskou domluvu, kárání a k trestu přistupovat jako k poslední možné alternativě, zdůvodňovat případná disciplinární opatření.*
- ▶ *Věnovat zvýšenou pozornost morální stránce různých událostí, hovořit s dětmi o nich, zajímat se o názory dětí na dané skutečnosti a vysvětlovat dětem, co je „správné“ a co nikoliv a proč tomu tak je.*
- ▶ *Vést děti k tomu, aby otevřeně s rodiči hovořily o svých pocitech a být jim v tomto příkladem.*
- ▶ *Vést děti k tomu, aby respektovaly soukromí druhého, jeho osobní věci, potřeby, zájmy a právo na vlastní názor.*

### Dobíjení baterek

Program na rozvoj schopnosti hledat na druhých to dobré, umět pochválit a složit vhodný kompliment. Všichni obdrží velkou čtvrtku (A4), na níž se podepíší a nakreslí si baterii (energetický zdroj). Toto lejtro jim vedoucí přišpendlí na záda. Každý účastník pak má za úkol napsat všem z kolektivu něco povzbudivého na záda – aby jim „dobil baterky“. Mohou se psát komplimenty, dobré vlastnosti, přání do budoucna, vyjádření osobního obdivu a úcty, ... Nepodepisují se. Až všichni napíší všem, „baterky“ odšpendlíme, složíme do úhledných čtverečků a schováme.

Čtete budto večer před spaním, nebo ještě lépe druhý den, každý sám doma, ale ve stejnou, předem domluvenou hodinu. Proto je nutné hrát ve vhodné, příjemné atmosféře (konec tábora či podařené akce, Vánoce, loučení s nějakým členem, ...), a pokud možno večer.

## METODIKA – ANEB JAK NA TO

Výchovné cíle tohoto bodu tvoří dvě odlišné skupiny. V té první, početnější, jsou základní kompetence, které tvoří jakýsi nutný základ k tomu, co je pak v té skupině druhé. Tam jsou dvě skutečné „klíčové kompetence“, které jsou – přísně vzato – vrcholným životním mistrovstvím. Podívejme se tedy na tyto dvě skupiny podrobněji.

## Základní stavební kameny

### Umí důvěřovat – sobě, druhým, světu, lásce

Za normálních okolností se schopnost důvěry u člověka rodí ze zážitku nepodmíněné lásky. Zpravidla lásky mateřské. Zážitek této nepodmíněné lásky je pevnou skálou, o kterou se v pozdějším věku člověk může opírat i tváří v tvář zkušenosti syrovosti a nespravedlivosti světa. Dokonce díky němu může „přežít“ i ty největší vztahové karamboly, rozchody i zrady – aniž by to pro něj znamenalo vyhasnutí schopnosti znovu se pokoušet o nové vztahy, do nichž vstupuje naplno a bez zadních vrátek. Bohužel se dnes stále častěji setkáváme s lidmi – včetně dětí – u kterých je tato primární základna důvěry otřesená, jejichž nejhlubším životním pocitem je naopak nedůvěra ke světu a všem lidem. Takoví lidé jsou principiálně neschopní vytvářet rovnocenné vztahy – a vyléčit je z toho může jen setkání s někým, kdo jim konečně onu nepodmíněnou lásku poskytne, a to opakovaně a s notnou dávkou trpělivosti. Rovnou tě upozorňujeme, že zvláště pokud jde o člověka dospělého, tak je poskytování nepodmíněné lásky, pokud ji nezažil, mimořádně náročné.<sup>20</sup> Poněkud nadějnější je to v případě dětí, i když ani zde se to neobejde bez velké osobní „investice“ – protože takovému dítěti je vlastně třeba nahradit matku i otce.<sup>21</sup>

Každopádně – i děti, které si z raného dětství přinesli solidní výbavu pro důvěru, potřebují, aby tato jejich orientace byla dále posilována a rozvíjena. Tebou. A to tím, že „tvi“ skauti či skautky budou důvěřovat tobě. Bez jejich důvěry totiž nedokážeš jako vychovatel nic, co by mělo trvalou hodnotu. Důvěra je naopak brána, skrze kterou jde postupně dokázat „všechno“<sup>22</sup>. Ano – zní to jako typický americký slogan, kterému se nemá příliš věřit. Jenomže minimálně platí, že bez vybudování mostu důvěry mezi tebou a „tvými dětmi“ se nic dobrého a trvalého v duších těch dětí z tvého působení neuchytí.

Konkrétně to znamená, že ty máš být „pevnou půdou pod nohama“ svých oddílových dětí, v tobě musejí mít jistotu, že ty vydržíš, nezklameš, zvládneš to. Že to ve „skutečnosti“ nezvládneš? To je otázka do pranice. Samozřejmě, že nejsi „všemohoucí“ (i když tě tak ti mladší ještě nedávno viděli a možná někteří vidí dosud). Ale vzdát to také nesmíš. Tedy aspoň pokud chceš být oporou těm, které v oddílu vychováváš a doprovázíš k dospělosti. Co tedy s tím?

Je potřeba mít vyřešené – nebo aspoň poctivě usilovně řešit – následující otázky<sup>23</sup>:

- ▶ Stojím o to, abych byl/a pro „svoje děti“ zdrojem jistoty?
- ▶ Mám já sám/sama dostatečně silný a nosný základ své jistoty, který obstojí v životních zkouškách a krizích?
- ▶ Jsem si vědom/a, že pokud se dětem nabídnu jako zdroj jistoty, může to pro mě znamenat celoživotní závazek a jsem ochoten/ochotna jej přijmout?

Pokud si na všechny tyto otázky odpovíš kladně nebo aspoň to ke kladné odpovědi směřuje, pak je vše připraveno k tomu, začít pracovat na vytváření, případně posilování, mostu důvěry mezi tebou a dětmi. A tím i rozvoj jejich důvěry vůbec.

20) Některým takovým lidem v tomto – zpravidla v době dospívání – zásadně promění život setkání s nepodmíněnou láskou Boží, jiným naopak nedostatek této bazální důvěry blokuje i samu důvěru v Boha.

21) To ovšem *neznamená*, že bychom mohli rodiče skutečně plnohodnotně nahradit.

22) Ústřední myšlenka knihy COVEY, Stephen M. R. *Důvěra: jediná věc, která dokáže změnit vše*.

23) Všechny míří na tvůj vlastní duchovní život – zejména ta druhá.

### **Je schopen si své city uvědomovat a přijímat, umí je ovládat i vyjadřovat**

I tady jde o docela delikátní záležitost – i když jiného druhu než v případě důvěry. City jsou pro člověka naprosto nezbytným energetickým zdrojem čehokoliv, co se má uskutečnit. Ani myšlenky by se nerodily bez dotace, kterou poskytují právě emoce. Jenomže zde platí tvrzení, které známe i odjinud: *dobrý sluha, špatný pán*. City mají skutečně mnoho společného s ohněm. Jsou vlastně takovým vnitřním ohněm naší bytosti. To znamená, že nesmí zhasnout, ale také nesmí způsobit nekontrolovatelný požár.

Říkává se „citům neporučíš“. Ale to neznamená, že s námi city musejí „cvičit“ a my s tím nic nenaděláme. Především jsou situace, kdy projevení citů v jejich syrovosti může značně ublížit – a to jak nám, tak někomu jinému. Proto má sebeovládání v tomhle případě svou nezastupitelnou cenu. Upřímnost neznamená kdykoliv kohokoliv zavalit tím, co s námi právě cloumá. Člověk má navíc zpravidla ve svém prožívání „několik pater“ – a nezdá se, že cítí v jednom z nich, je v přímém rozporu s tím, co cítí v jiném (proto je také možná ambivalence prožívání – „ano i ne“ současně).

Ale kultivace citového života jde mnohem dál než jen ke schopnosti projevovat své pocity tehdy a tak, aby neublížily, ale naopak prospívaly budování vztahů. Naš citový svět má totiž několik zdrojů, jejichž syntézou teprve vzniká aktuální emoční stav: vrozené dispozice (temperament apod.), podněty z okolí a naše postoje. Vrozené dispozice nezměníme, ty jen musíme co nejlépe znát. To, co k nám přichází z okolí, můžeme měnit alespoň tak, že se budeme podnětům, o nichž víme, že v nás probouzejí negativní emoce, pokud možno vyhýbat (samozřejmě, nejde to vždycky, když se v tom prostředí či v blízkosti dotyčné osoby pohybovat musíme). Největší manévrovací prostor máme v postojích: když budeme totiž zkoumat, proč na nás leccos působí právě určitým způsobem, proč to v nás vyvolává takový hněv, strach či odpor, zjistíme, že za tím jsou skoro vždycky hlavně naše představy vyplývající z našich postojů. Jsme to častokrát hlavně my sami, kdo dává druhým osobám či situacím – a to právě těm, které „nesnášíme“ – možnost, aby nad námi samotnými měly moc.

### **Čeho se vlastně bojím?**

Strach je sice na jednu stranu nutná pojistka pro nás, abychom se nepouštěli do něčeho, co by nám mohlo ublížit, ale současně se mnohdy tento užitečný strach dostává do polohy, kdy je právě tím, co nám škodí nejvíc. Typické je to, když člověka zavaluje strach z představ o budoucnosti. Ve fantazii prožívá hrůzy, které jej údajně očekávají a jež mu barvitě kreslí jeho obrazotvornost. Ve skutečnosti ale nikdo neví, co ho opravdu v budoucnosti čeká. Samozřejmě – určité představy o ní si vytváříme na základě pravděpodobných scénářů vycházejících z našich minulých zkušeností a očekávatelných událostí. Ale kolikrát se už ukázalo, že to, jak nakonec vše proběhlo, v sobě vždycky neslo i něco naprosto nepředvídatelného. Lidé se bojí trapasů, situací, v nichž ztrácejí sebevědomí – ale nejčastěji se vlastně bojí svých vlastních špatných pocitů. To, co se odehraje v realitě mimo jejich nitro, bývá skoro vždycky mnohem méně „hrozné“ než pocity, které z toho (předem) mají. Ale proto, že jsou zavaleni hrůzou z vlastních „nesnesitelných“ pocitů, nakonec propasou příležitost vyřešit v realitě to, čeho se předem báli, mnohem méně bolestivě – ba mnohdy úplně bezbolestně.

Tohle dobře věděly už leckteré pohádky. Vzpomínáte, jak dopadli většinou „starší bratři“ před úkolem, který ten nejmladší nakonec zvládl? Proč ztroskotali? Protože se porazili svými vlastními strachy ještě dřív, než vůbec skutečný zápas začal. Pohlédnout „netvorovi (tedy vlastnímu strachu) do tváře“ kolikrát znamenalo nad ním zvítězit.

Vedte tedy své svěřence k tomu, aby se učili dívat se „do tváře“ svých strachů – a tak nad nimi získávali moc. Jsou jistě skutečnosti, kterých se člověk bojí oprávněně, ale i těm je třeba se umět „dívat do tváře“. Ten, kdo ví o definitivním vítězství Lásky, dokáže vydržet každý takový pohled, i když to může hodně bolet.

### **Je důsledný a spolehlivý**

O tomhle jsme už pojednávali v souvislosti s bodem *Moje svědomí* v oblasti *Kdo jsem*. Takže tady jen tři věty: Ty jako vůdce jsi přímo modelem toho, jak být důsledný a spolehlivý. Tvé slovo musí platit, tvé požadavky nesmí „zůstávat ve vzduchu“, o tvůj slib se druzí můžou opřít. Je to tak? 😊

### **Umí se účinně učit od druhých a využívá toho**

I tohle je dovednost, která byla blíže rozebrána v souvislosti s *Osobním rozvojem* v oblasti *Kdo jsem*. Tady je podstatné zdůraznit, že vyrůstá z pochopení toho, že každý je nositelem něčeho cenného (viz předchozí bod „C.1 – *Vztahy mezi lidmi*“): od druhých lidí se můžeme učit proto, že disponují něčím, co opravdu za to stojí. Jen to musíme umět objevit.

### **Co se můžu od tebe naučit?**

Každý účastník programu dostane tolik kartiček (stačí formátu A7), kolik je účastníků. Do horní části každé z kartiček napíše jméno jednoho z hráčů – včetně sebe. Pak na každou z nich čitelně zapisuje to, co si myslí, že by se od toho konkrétního spoluhráče mohl naučit. U sebe napíše, co by se od něj mohli naučit druzí. Na tuto část je třeba počítat s časem, který v minutách odpovídá tak trojnásobku počtu hráčů. Pak vedoucí hry sebere kartičky jednotlivých účastníků (pro rychlé zpracování po jménech za sebou), přičemž si každý hráč ponechá tu „svou“ charakteristiku. Potom si hráči udělají tabulku, kde budou dva sloupečky – ve druhém jména všech, do prvního budou zaznamenávat pořadové číslo. Načež vedoucí postupně čte u každého, co je k němu na kartičkách napsané, aniž by ovšem řekl, o koho se jedná. Účastníci se snaží k přečtené charakteristice určit, o koho se jedná (zapsáním pořadového čísla). Až projde všechny, je možno „odtajnit“, kdo byl kdo a každý si to porovná se svým odhadem i s tím, co si sám zapsal jako své „bohatství pro druhé“. Tuto fázi je možné uzavřít tím, že kdo chce, vyjádří své momentální rozpoložení, jaké v něm zjištění vyvolalo, překvapení z toho, jak se „trefil“ či naopak má plně jinou představu o tom, co může druhým nabídnout atd. Tady je možno skončit, ale se získanými kartičkami se také dá ještě dále pracovat. Například tak, že si vedoucí vybere i zbylé karty s vlastními charakteristikami hráčů a do příště vytvoří přehledné tabulky ke každému, které je pak možno vyvěsit v klubovně (a současně je věnovat jednotlivým hráčům, aby se k nim mohli vracet). Také je možné vracet se k této aktivitě třeba s týdenním odstupem, protože ledaskomu se teprve časem něco rozleželo či došlo. Tyto údaje by mohly být rovněž cenným podkladem k osobnímu rozhovoru s každým členem oddílu.

## **Mistr vztahů**

Lehká nadsázka, která na tebe nejspíš dýchla z tohoto nadpisu, má hlavně poukázat na to, že dosažení výchovných cílů, které jsou tím míněny, bude možno posoudit až ve výhledu mnohem delším, než kam bude sahat tvoje přímé působení. Na tobě bude, abys k tomuto cíli pomohl přispět přiměřeně tomu, že máš před sebou lehce předpubertální a pubertální kluky či děvčata. Tedy hlavně, aby zbytečně „nezakopli“ hned krátce po startu své cesty k tomu, co je opravdu vyjádřením podstatného smyslu života každého z nás. Nezapomeň, že pravý mistr není ten, kdo má nejvíce žáků, ale ten, kdo vytváří nejvíce mistrů. Tak hurá do toho 😊.

### **Je schopen vytvářet a žít hluboké lidské vztahy**

Hlavní, oč tady půjde, je trvalá podpora důvěry, že něco takového je opravdu možné a že úspěch také podstatně závisí na každém. Že sice zdaleka ne všechno máme „pod kontrolou“, že tu se jistě uplatňuje i to, co lidé nazývají štěstím, ale to – jak

známo – přeje připraveným. Prakticky nejdůležitější vklad, který můžeš dát do cesty „svých“ oddílových děvčat či chlapců za dobrými vztahy, je v tom, jak ty sám vlastním životem svědčíš o tom, že to skutečně jde. To samozřejmě neznamená, že by na té tvé cestě nemohly být karamboly. Pak je rozhodující, co jsi z nich vyvodil.

### Chová se zodpovědně v partnerských vztazích.

Tohle je dnes ta nejtěžší oblast výchovy. Úplně minové pole. Potíž je jednak v tom, že ani mezi odborníky není shoda na tom, co vlastně takové zodpovědné chování v partnerských vztazích obnáší: jedna skupina bude například důrazně tvrdit, že je nutné svou budoucí partnerku/partnera před nějakým závazkem celoživotní cesty důkladně vyzkoušet, a to ve všem, sexem počínaje, druhá naopak právě tohle bude uvádět jako důvod toho, proč pokus o tu společnou celoživotní cestu s velkou pravděpodobností nevyjde. Obě skupiny budou mít přitom pro svá tvrzení závažné argumenty. A to ještě není všechno. I tam, kde je celkem shoda na tom, jak by se „mělo“ postupovat, se ukazuje, že málokdo z dnešních mladých lidí je toho schopen. A v tom všem budeš ještě ty, se svými vlastními zkušenostmi, svými zásadami a přesvědčeními. Jak se v tom všem neutopit, ale naopak být těm dospívajícím oporou?

Vycházej z toho, že i kdybys stokrát chtěl, neuchráníš je od všech karambolů, bolestí a zklamání, které jsou s touto oblastí spojené. Spíš půjde o to, aby ti natolik důvěřovali, že budou brát tvé názory, tvá stanoviska i tvou ochotu jim pomoci vážně.

Důležité bude, abys jejich první lásky bral na jednu stranu vážně, protože opravdu mají pro jejich život dost zásadní význam, natož pro jejich momentální prožívání, na druhou stranu s jemným a trpělivým nadhledem, protože zpravidla jde o vztah, který má hodně daleko k tomu, z čeho mívají dospělí obavy. To ukazuje i následující tabulka z výzkumu *Romantické vztahy patnáctiletých*<sup>24</sup>, kde je podán takový vztah očima patnáctiletých:

VÝHODY PARTNERSKÉHO VZTAHU	NEVÝHODY PARTNERSKÉHO VZTAHU
2. pozitivní emoce 35,8	1. partnerské problémy 45,3
3. obecná vyjádření 30,2	2. omezení 36,8
4. společný čas 7,5	3. rozchody a jejich negativní důsledky 15,1
5. nové zkušenosti 6,6	4. nic 10,4
6. nezařaditelné 5,7	5. nevím 8,5
7. nevím 4,7	6. negativní odezva okolí 4,7
8. vylepšení aktuálního stavu 3,8	7. nezařaditelné 3,8
9. společná budoucnost 2,8	
10. fyzický kontakt 2,8	
11. nic 1,9	

Údaje jsou v procentech těch, kteří tak odpověděli (každý mohl uvést více charakteristik – děvčata uváděla zpravidla tři, chlapci dvě až tři).

Bylo by pro ně užitečné, kdybys jim dokázal zprostředkovat, že pro dobrý vztah – zvláště tento – je důležité, aby se od počátku co nejméně stylizovali. Protože jejich touha po blízkosti druhému je bude tlačit do toho, aby se před ním „vylepšovali“.

24) Lenka Lacinová, Radka Michalčáková, Zuzana Masopustová – FSS MU Brno, 2007

Zbytečně se tak vmanévrují do něčeho, co nemá budoucnost, protože dříve nebo později přestanou mít síly nosit s sebou neustále masku někoho, kým nejsou. Dobrou ochranou je prožívat takový vztah i mezi kamarády, kteří nás znají a na které nějaké „divadýlko“ rozhodně neplatí. Bylo by dál úspěchem, kdyby (třeba i s tvou pomocí) dokázali, že ani rozchod nemusí znamenat nepřátelství a že kamarádství může i tohle přežít. A konečně bylo by úžasné, kdyby ti uvěřili, že na dospělou sexualitu mají skutečně čas v dospělosti. Že „trhat nezralé hrozny“ je škoda hlavně pro toho, kdo si tím připraví zbytečné zklamání, neboť teprve zralé hrozny jsou opravdu dobré.

## POHLED NA JEDNOTLIVÉ VÝCHOVNÉ KATEGORIE

Podobně jako v předchozím bodu ti následující přehled poskytuje základní orientaci, co by mělo být tím, oč se v daném věku může opírat rozvíjení schopnosti žít pěkné vztahy. Není to tedy kompletní soupis všeho, co v dané věkové skupině s rozvojem schopnosti žít s druhými souvisí, ale jsou to důležité podmínky, jejichž naplňování (či nenaplňování) dává celkově reprezentativní informaci o tom, kde se dané dítě či mladý člověk ve svém vývoji nalézá. Jednotlivé dále uvedené *kompetence* tedy ber jako ukazatele, zda se vývoj ubírá správnou cestou, či za ní zaostává nebo dokonce se od ní vzdaluje.

### Předškoláci

- ▶ Dokáže se svěřit se svou radostí a trápením i někomu jinému než vlastní mamince (či „mateřské osobě“).
- ▶ Umí říci blízkým lidem, že je má rád.
- ▶ Umí vyjádřit slovy svou radost, smutek, strach a bolest.
- ▶ Nevynucuje si pozornost pláčem a vztekem.
- ▶ Vráti, co si půjčil, na své místo, snaží se plnit drobné povinnosti (MŠ, rodina, ...).
- ▶ Při společné činnosti s vrstevníky, rodiči apod. se snaží napodobovat jejich dobré jednání a dovednosti.
- ▶ Chápe rozdíl muž / žena, chápe, že pro vznik rodiny jsou potřeba oba rodiče (muž a žena).

### Světlušky a vlčata

- ▶ Dokáže odlišit dobré a špatné jednání/chování a dobré se snaží napodobovat.
- ▶ Dokáže potěšit kamaráda. V jasných a jednoduchých záležitostech, které slíbí nebo které má za úkol, je na něj spolehnutí.
- ▶ Nedělá úmyslně to, co poškozuje důvěru (nelže, nepomlouvá).
- ▶ Nebojí se vyjádřit své city a pocity.
- ▶ Učí se překonávat svůj strach, smutek, ostych a bolest (jde na hlídku, stýskání na táboře, komunikace s ostatními dětmi).
- ▶ Vnímá rozdíly mezi chlapci a děvčaty jako něco přirozeného, respektuje kluky/holky jako rovnocenné bytosti, je poučen o problému pohlavního zneužívání a ví jak v takových případech reagovat, rovnocenně přistupuje k vrstevníkům z neúplných rodin, ví, že klasický model rodiny sestává ze dvou rodičů a sourozenců.
- ▶ Vráti, co si půjčil, na své místo, ví, že musí dokončit začatou činnost, snaží se plnit školní a rodinné povinnosti, pokouší se dodržet, co slíbil (chodí na družinovky...).



## Mladší skautky a skauti

- ▶ Absolvuje jednoduchou zkoušku důvěry. Dokáže vysvětlit, proč je důvěra mezi lidmi důležitá. Najde příběhy o přátelích, jejichž vztah vydržel zkoušku důvěry.
- ▶ Pravidelně se zabývá tím, jak druhým dělat radost.
- ▶ Nebojí se vyjádřit své city a pocity a umí je zformulovat. Učí se adekvátně reagovat v emocionálně silných situacích.
- ▶ Navazuje přátelské vztahy i s dětmi opačného pohlaví, je informován o průběhu tělesného dospívání svého i druhého pohlaví a umí si o tom najít další informace (u dospělých, v literatuře apod.), je poučen o problému pohlavního zneužívání a ví, jak v takových případech reagovat, ve vztazích k opačnému pohlaví není vulgární.
- ▶ Přijatému závazku se snaží dostát (Šlehyho aktivita Himalájský štít), snaží se plnit školní a rodinné povinnosti, pokud závazek nedokáže splnit, dokáže se omluvit.
- ▶ Umí si říci o radu a pomoc, jak něco dělat, při svém jednání a činnosti se pokouší o nápodobu dobrého, o zlepšení.

## Starší skautky a skauti

- ▶ Absolvuje programy náročné na důvěru. Členové družiny se na něj mohou spolehnout. Umí vyslechnout a účinně pomoci tomu, kdo má nějaké trápení. Napíše kratší reflexi o zdrojích své důvěry.
- ▶ Nebojí se vyjádřit své city a pocity a umí je zformulovat. Učí se adekvátně reagovat v emocionálně silných situacích.
- ▶ Je vděčný za vztahy v rámci vlastní rodiny, za přátele.
- ▶ Uvědomuje si citovou a osobní rovinu partnerských vztahů (partnerství je mnohem víc než jen sex), učí se galantnímu chování k druhému pohlaví, dokáže respektovat city osob druhého pohlaví, se kterými je v kontaktu, učí se zvládat problémy se svými partnerskými vztahy.
- ▶ Uvědomuje si, že neplnění závazku ohrožuje i ostatní, snaží se plnit školní a rodinné povinnosti, pokud závazek nedokáže splnit, dokáže se omluvit.
- ▶ Ví, kam a na koho se obrátit, když se chce něco přiučit, snaží se v činnostech zdokonalovat, nechá si poradit.

## Mladší roveři a rangers

- ▶ Dokáže při své kritice autorit (rodičů, vůdců, učitelů apod.) odlišit kritiku jejich názorů od nepřátelství vůči nim samým.
- ▶ Dokáže poctivě uvažovat o své vlastní důvěryhodnosti. Připraví pro ostatní prezentaci na téma důvěra.
- ▶ Umí adekvátně reagovat v emocionálně silných situacích. Ví, jak reaguje v určitých situacích a umí se na ně připravit.
- ▶ Dokáže vyjádřit své emoce i „umělecky“ (zpěvem, básní apod.).
- ▶ Je schopen partnerského a přátelského vztahu, učí se vážit si druhého jako rovnocenné bytosti. Umí přiměřeně vyjádřit svoje city a pocity vůči blízkým osobám (partner).

- ▶ Uvědomuje si, že neplnění závazku ohrožuje i ostatní, snaží se plnit školní, rodinné a ostatní povinnosti, pokud závazek nedokáže splnit, dokáže se omluvit. Zná hranice svých možností, neslibuje to, co nemůže splnit.
- ▶ Cíleně se snaží učit se od starších, zkušenějších a tím se zdokonalovat, nechá si poradit.

## Starší roveři a rangers (dospělí)

- ▶ Dokáže důvěřovat navzdory tomu, že byl ve své důvěře zklamán, protože svou naději může opřít o základ, který neselže.
- ▶ Přijal za svůj postoj, že v lidských vztazích je horší ublížit nedůvěrou než být sám zklamán; svou důvěrou však naivně neplýtvá.
- ▶ Je schopen trvalého vztahu (partnerského, přátelského), věrnosti; ve vztahu je schopen a ochoten dávat i přijímat, akceptuje partnera s jeho klady a zápory, ví, že vztah ho může obohacovat, podněcovat k osobnímu růstu.
- ▶ Učí se být tolerantní ke svému partnerovi a jeho potřebám, učí se být druhému oporou, je schopen odpovědného partnerství (umí říci ne v intimních věcech) a případně rodičovství; nepředělává partnera podle svého obrazu, vychází druhému vstříc, snaží se hledat kompromisy, snaží se vzniklé problémy řešit s nadhledem, přistupuje k blízkým lidem (děti, vrstevníci) na základě znalosti o jejich rodinném zázemí.

Dále ti nabízíme z výzkumu *Romantické vztahy patnáctiletých* docela pěkný přehled o tom, jak a kdy zhruba se uskutečňují jednotlivé fáze důležité v rozvoji partnerských vztahů. Toto schéma pochází od dnes již klasického amerického psychologa B. B. Browna. Ten klade velký důraz na význam vrstevnického kontextu pro vývoj romantických vztahů v adolescenci:

Popisuje čtyři fáze vývoje, které jsou charakterizovány jak specifickou podobou vzájemného partnerského vztahu adolescentů, tak kontextem, ve kterém se tyto aktivity odehrávají. Tzv. fáze *iniciace* (cca 11–13 let) představuje pomyslný bod zlomu v orientaci sociálních vrstevnických aktivit dospívajících. K naplnění potřeb blízkosti a porozumění se dospívající začínají obracet k příslušníkům druhého pohlaví. Základním cílem tohoto období je získat jistotu ve schopnosti navázat vztah v romantickém (partnerském) smyslu, ujistit se o vlastní atraktivitě pro druhé pohlaví. Dá se říci, že se jedná o rozšiřování svého sebeobrazu o roli potenciálního partnera v romantickém vztahu. Tzv. chození s někým se odehrává většinou v širším vrstevnickém kolektivu, za podpory přátel stejného pohlaví.

Během dalšího období (14–16 let), nazývaného *fáze statusu*, jsou dospívající vystaveni zvyšujícímu se tlaku ze strany vrstevníků – „mít přítele/přítelkyni“ je totiž známkou statusu a v očích vrstevníků tento fakt zvyšuje prestiž a hodnocení. Naopak partner hodnocený vrstevnickou skupinou jako „nevhodný“ může status a prestiž dospívajícího snižovat.

V třetí fázi *náklonnosti* (17–20 let) dochází ke změně významu romantického vztahu. Vztah s partnerem je nyní důležitý sám o sobě oproti předchozím fázím, kdy byl podstatný spíše pro utváření vlastního sebeobrazu nebo statusu dospívajícího ve vrstevnické skupině. Partneři již prožívají pocity závazku, vykazují vyšší míru péče jeden o druhého, typický je narůst sexuální aktivity.

Poslední fáze *vazby* se objevuje na prahu rané dospělosti (orientačně kolem 21 let), která završuje vývoj předchozích fází – u partnerů vzniká perspektiva společné budoucnosti.

## KONKRÉTNÍ AKTIVITY STEZKY

### Moji kamarádi



- ▶ Sepišu si všechny svoje dosavadní kamarády a kamarádky a u každého se pokusím zjistit, čím jsem k našemu kamarádství přispíval/a já a čím ten druhý, případně proč naše kamarádství skončilo. S výsledkem seznámím dospělého, kterému důvěřuji.

**Smysl plnění:** Je dobré udělat si ve vztazích pořádek a začít tímto prvním krokem. Tak člověk najednou může zjistit, zda má kamarádů málo, či hodně, a jestli jsou to vůbec kamarádi. Přemýšlí přitom o významu slova kamarád. Uvědomí si, co dobrého pro vztah udělal a kde se dopustil chyb, a jak na tom jsou ti druzí. Jde tedy o jakousi revizi kamarádských vztahů.

**Vhodná forma plnění:** Přípravou může být vhodný příběh (kniha, film, ale i skutečný příběh ze života, z rodiny, z okolí). Jednou z možných forem je již zmíněná aktivita *Sít' vztahů*. Toto téma je přímo stvořené pro přemýšlení během zkoušky samoty, za deštivého dne doma. Ideální příležitost popovídat si s jedním z rodičů, navodit k tomu pěknou, důvěrnou atmosféru. Vhodným pomocníkem může být osobní deník.

### Mám tě rád<sup>25</sup>

Děti si sednou do velkého kruhu. Vedoucí hry má v ruce velké klubko příze a hovoří: „Chci si s vámi zahrát jednu zvláštní hru. Utkáme při ní velkou pestrobarevnou pavučinu, která nás všechny spojí. Každý bude mít také příležitost povědět, co milého si myslí o kamarádech ve skupině.“ Vedoucí hry si omotá volný konec příze několikrát kolem ruky a pak odkutálí klubko k některému dítěti. Vybere si dítě, které nepatří zrovna k těm nejoblíbenějším. „Vidíte, co jsem udělala. Vybrala jsem si jednoho z vás, aby pokračoval ve tkaní pavučiny. Když pošleme někomu klubko, řekneme mu vždy stejný začátek věty. Já teď řeknu: Mám tě ráda (Pavle), protože jsi mi dnes ráno tak pěkně podržel dveře.“ Když hráč větu uslyší, omotá si přízi volně kolem ruky, ale tak, aby vlákno zůstalo pěkně napnuté. Pak si (Pavel) rozmyslí, kdo by měl od něho klubko dostat. Když ho odkutálí k dalšímu dítěti, řekne mu stejnou větu. „Mám tě rád (Jano), protože...“. Můžeme tomu druhému říct, čím nám udělal radost, co se nám na něm líbí, za co jsme mu třeba vděční. Tak hra pokračuje stále dál. Každý si dobře zapamatuje, co mu říkal ten, od něhož dostal klubko. Je třeba dbát, aby se zapojily všechny děti. Je nutné vysvětlit jim, že nemáme mít rádi jen své blízké přátele, nýbrž také každého člena skupiny, ke které patříme. Na každém je něco milého, co mu dává právo, abychom si ho vážili. Žádná rodina, žádná skupina totiž nemůže dobře fungovat, pokud se v ní vyskytují nějakí obětí beránci nebo členové „odříznutí“ od ostatních. Pokud by měly mít některé děti potíže s větou „Mám tě rád, protože...“, můžete jim nabídnout jako alternativu „To je dobře, že...“. Nakonec se pavučina zase pomalu rozmotá. Začne ten, kdo dostal přízi jako poslední, a klubko se postupně v obráceném pořadí zase kutálí zpět od jednoho dítěte k druhému. Každý navine svou část příze zpět na klubko a opakuje to, co mu spoluhráč řekl a také který spoluhráč to byl.



- ▶ Vyberu si jednoho ze svých kamarádů (v oddíle nebo mimo něj), zamyslím se nad tím, jak by se naše kamarádství dalo zlepšit, a aspoň dva měsíce se o to budu snažit. S výsledkem seznámím dospělého, kterému důvěřuji, i dotyčného kamaráda.

25) VOPEL, Klaus W. *Skupinové hry pro život 1*. Praha: Portál, 2007.

**Smysl plnění:** Pracovat na zlepšení konkrétního vztahu. Uvědomit si, kde to skřípe a co (kdo) je toho příčinou, a proč to naopak funguje, co máme společného. Přijít na své chyby, situace, ve kterých se jich dopouštím. Uvědomit si i chyby kamaráda a jak na ně reaguji. Zjistit ale také klady, v čem si pomáháme, jak spolu překonáváme problémy, jak si důvěřujeme.

**Vhodná forma plnění:** Dva měsíce jsou pro dítě dlouhá doba, proto by bylo dobré, aby se v plnění úkolu udržovalo např. tabulkou, kterou by bylo nutno denně vyplňovat – na způsob Modrého života, ale kolonky by se týkaly různých rovin vzájemného vztahu (např: dodržovat sliby, pomáhat druhému, pomoc přijímat, říkat pravdu, nehádat se apod.). Pro přípravu na plnění tohoto úkolu by bylo vhodné zabývat se na některé schůzce tím, jak lze konkrétně vztah vylepšovat (tím se právě nejnázá získají položky do jednotlivých kolonek).

- Poprosím tři lidi, kteří mě dobře znají a mají mě rádi, aby mi napsali tři věci, které jim na mně vadí. Jednu tuto chybu si vyberu a začnu pracovat na jejím odstranění. O výsledku si popovídám po dvou měsících s osobou, která mi chybu napsala.



**Smysl aktivity:** Poznat lépe sám sebe prostřednictvím názoru druhých, naučit se přijímat i kritické připomínky vůči své osobě. Uvědomit si, jak tyto věci narušují moje vztahy s druhými.

**Vhodná forma plnění:** Vyplývá ze zadání. Důležitá je příprava, kde se vyjasní nezbytnost zpětné vazby, a to pomocí vhodných příkladů a následné debaty.

### Pytlíčky wikaha

Páďa, 10 let, kmen Huascan, Liga lesní moudrosti: „Taky jsou dobré wikaha. To jsou takové kapsičky, a to se do toho píšou zprávy a u toho ohně se to vždycky prohlídne a nikdo cizí to nesmí vidět. Až si to přečtem, tak se to spálí v ohni. Minule jsem tam měla tak tři nepěkné věci, ale osm jsem jich tam měla dobrých.“  
Vedoucí Soraya doplňuje, že je to kožený váček na krk, který si každý sám ušije a nakreslí si tam nějakou poznávací značku a pokračuje: „To visí na stojanu a ostatní mu tam dávají zprávy. Buďto nějaké pochvaly, nebo když někdo někomu třeba ublíží, tak mu tam napíše, jak ublížil a takové věci. A pak se to u velkého ohně nebo jednou za tři dny u menšího ohně otevře, vyberou se zprávy, každý si je sám pro sebe přečte a pak ty zprávy spálí. Takže obsah zpráv se neříká veřejně, je to pro každého osobně. Říkáme, že wikaha jsou náš hlas svědomí.“

- Opakovaně prokážu, že umím vyslechnout kamaráda/kamarádku, pomoci s jeho/jejím problémem a respektovat přítom tajemství.



**Smysl aktivity:** Vcítit se do problémů druhého, posuzovat jejich závažnost. Uvědomit si zodpovědnost za svěřené tajemství a za důvěru, kterou nechci a nemůžu zklamat. Ten, který má udržet tajemství, musí bojovat sám se sebou a ovládnout se kvůli druhému, i když ho pořádně svrbí jazyk.

**Vhodná forma plnění:** Potvrdit splnění může prakticky jedině ten kamarád, který tajemství svěřil.

Důležitá poznámka: Pokud mi kamarád svěřil něco závažného, kde je třeba pomoci dospělých (zejména jde-li o ohrožení něčího zdraví nebo dokonce života, případně

o kriminální čin), není možné mlčet, neznamená to ale, že budu tuto věc vytrubovat do světa mezi vrstevníky. Nejlepší řešení je, ve chvíli, kdy se kamarád s takovou závažnou záležitostí svěruje, dát mu ihned jasně najevo, že je nezbytné, aby se o tom dozvěděl někdo dospělý, kdo může pomoci, případně nabídnout zprostředkování nebo doprovod.



- ▶ V následujících dvou měsících mi alespoň ve třech konkrétních případech kamarádi dosvědčí, že jim dokážu účinně pomáhat s řešením jejich problémů.

**Smysl plnění:** Zabývat se opravdu vážně druhým, vcítit se do jeho konkrétního problému, hledat vhodná řešení, zároveň se stát jakýmsi důvěrníkem kamaráda, kterého nechci zklamat. Aktivita nutí k zamyšlení se, co vůbec pro kamarády dělám, jak jsem ochotný, jak dovedu přemoci svoji případnou lenost či nechuť a nedávat ji najevo.

**Vhodná forma plnění:** Může se jednat o ryze praktický problém – kamarád nestíhá (třeba poskládat dřevo, sklízet uhlí – to ti venkovští, má problémy s učením, ...), nebo může jít o problém psychický – láska, šikana, hádky rodičů, nějaký kamarádův průšvih. Často jde o citlivá témata a otázku důvěry! Řešení problémů může být nad síly obou, účinná pomoc však spočívá i ve sdělení starosti a ve snaze poradit a řešení hledat.



- ▶ Vytvořím si přehled toho, co dobrého mě moji kamarádi v posledních letech naučili, a najdu způsob, jak za to každému z nich poděkovat.

**Smysl plnění:** Přemýšlet nad sebou samotným, jakou změnou jsem prošel, kdo k tomu přispěl a jakou měrou. Tahle aktivita mě „přinutí“ vyjádřit vděčnost – poděkováním. S tím mají děti (ale nejen ony) často problémy. Ošklivé věci – nadávky, hádky, to jde lidem často mnohem snadněji. S omluvou a poděkováním už to tak lehké není. Pokud to ale dítě dokáže, přichází prožitek z radosti druhých a vlastní radost. Tahle aktivita přispěje určitě k lepším vztahům!

**Vhodná forma plnění:** Samotné vytvoření přehledu – třeba v deníku nebo na nástěnce doma v pokojíčku vyplývá ze zadání. Je možná i prezentace přehledu pro ostatní, ta by ale mohla následovat až po poděkování kamarádům. Poděkování se může uskutečnit různou formou: při slavnostním setkání oddílu, v oddílovém časopise, ve vzkazech na webu střediska nebo oddílu, písničkou v rozhlasě vysílanou pro moje kamarády...



- ▶ V situaci, ve které si nevím rady, dokážu požádat o pomoc (ve škole, družině, doma), což doložím aspoň na třech příkladech.

**Smysl plnění:** Pochopit naši závislost na druhých. A zase jde o překonávání sebe sama, nejčastěji zbytečného ostychu nebo i obavy z reakcí ostatních (ze ztrapnění se před druhými, z odmítnutí). Je třeba si umět přiznat, že něco nevím nebo že situaci nedokážu sám vyřešit. To není žádná hanba! Jednou pomůže někdo mně, podruhé zase já někomu.

**Vhodná forma plnění:** Vyplývá přímo ze zadání úkolu. Nezbytná je ale předchozí příprava: děti si často neví rady s formulací – s oslovením, s žádostí, to je s nimi třeba

nacvičovat, např. na modelových situacích, po kterých může následovat diskuse (jak to proběhlo, jak se kdo při tom cítil, co by se dalo udělat jinak, lépe apod.).

### Sekvento

Hráči se roztýlí po místnosti tak, aby každý měl kolem sebe dost prostoru. Zastaví se a zavřou oči (případně si přes hlavu dají čepici). Vedoucí prochází mezi nimi a jednoho z nich se lehce dotkne. Ten se stane základem pro budoucí spojení – Sekventem. Potom dá pokyn a hráči se pomalu a opatrně začnou po místnosti pohybovat s rukama nataženými před sebou. Když se dotknou někoho jiného, zašeptají si potichu „Už? – Ještě ne“ (je možno nahradit i nezvukovým znamením – třeba potřesením ruky) a pokračují dál v opatrném průzkumu. Pokud ale narazí na Sekventa, ten na otázku „Už?“ neodpoví, což je pro dotyčného pokyn, aby se ho chytil za ruku a zůstal spolu s ním. Postupně se tak připojují další hráči – po dotyku se Sekventem či předchozími připojenými hráči. Hra končí ve chvíli, kdy jsou všichni spojeni. Tehdy otevřou oči nebo si sundají čepice.

### Zapletenec

Účastníci (nejlépe 8 až 12 – sudý počet) se postaví do těsného kruhu, zavřou oči a svou levou ruku natáhnou před sebe. Snaží se zachytit levou ruku někoho jiného. Když už všichni našli levačku některého svého partnera, provedou totéž s pravou rukou. Když všichni už drží levou i pravou ruku některého s ostatních hráčů (vždy jen jedna ruka jedné ruky), otevřou oči a nyní se musejí „rozplést“, aniž by se pustili. Musejí přelézat, prolézat, soukat se – je při tom docela zábava. Výsledkem je jeden nebo několik kruhů.

Smysl těchto obou jednoduchých a pěkných aktivit (uvedených v publikaci Ladislava Lencze a Olgy Křižové Etická výchova I) je stejný: Patříme k sobě, vzájemně se potřebujeme, byť to není vždy vidět.

## Podpora důvěry

- ▶ Připravím pro svou družinu aktivitu, díky níž bychom se navzájem lépe poznali.



**Smysl aktivity:** Prohloubit vzájemné poznání a tím i vzájemné vztahy. Nikdy se totiž neznáme tak dobře, abychom se nemohli poznat lépe, a tím vztahy ještě více upevnit. Aktivita může pomoci vybočit ze zažitých stereotypů a rozšířit oblasti, ve kterých se členové družiny mohou lépe poznat. Družina se může také obměnit, po prázdninách na začátku nového školního roku jsme zase trochu jiní. Pro přípravu aktivity se její autor musí rovněž hlouběji zamyslet nad jednotlivými členy své družiny i družinou jako celkem, čímž se také prohlubuje jeho poznání.

**Vhodná forma plnění:** Společná výprava s ne zcela běžným programem (do přírody, do města za kulturními památkami, do penzionu po seniory, do jeskyní), který umožní, aby někdo překvapil svými dosud utajenými dovednostmi, znalostmi a schopnostmi. K poznání názorů je zvlášť vhodnou formou Křeslo pro hosta, kdy po určitou dobu je tomu, kdo je v křesle, možno pokládat různé otázky, jejichž zodpovězení by pomohlo dotyčného lépe poznat. Vedoucí hry má právo případně nevhodné nebo zraňující otázky vetovat. Jiná forma je třeba ve dvojicích vytvořit rozhlasový nebo videopořad na téma „Moje koníčky“.

- ▶ Víím, proč je špatné pomlouvat svoje spolužáky a kamarády, a proto se tomu budu alespoň dva měsíce co nejvíce vyhýbat. S výsledkem seznámím svou družinu.



**Smysl plnění:** Ujasnit si, co to vlastně pomluva je, a pochopit, že pomluvy neprospívají vzájemným vztahům. Pomlouvat je špatné, ale také pomlouvám naslouchat a vyvozovat z nich závěry, většinou negativní a současně nepravdivé.

**Vhodná forma plnění:** Na družinovce zkusit najít obsah slova<sup>26</sup> „pomluva“. K tomu může posloužit příběh „Tři síta“. Ten může někdo na schůzce přečíst jako úvod do hledání definice pomluvy. Příběh je možné nakopírovat pro každé dítě, aby mělo příležitost se k němu vracet, případně o něm mluvit s dalšími lidmi – v rodině, ve škole, mezi kamarády. Vhodnou formou může být také dramatizace – scénka s šířením pomluvy.

### Tři síta

K Sokratovi jednou přišel jeden člověk a řekl: „Ty, poslyš, musím ti říci něco důležitého o tvém příteli.“

„Chvilku počkej,“ přerušil ho mudrc. „Nechal jsi to, co mi chceš říct, přesít už přes tři síta?“

„Jaká tři síta?“

„Tak dobře poslouvej! První je síto pravdy. Jsi přesvědčen, že vše, co mi chceš říct, je pravdivé?“

„To ne, jen jsem to slyšel od jiných.“

„Nechal jsi to tedy přesít alespoň přes druhé síto? Je to síto dobroty.“

Člověk se začervenal studem a odpověděl: „Musím se přiznat, že ne.“

„A myslíš, že na třetí síto a zeptal ses, jestli to bude užitečné, abys mi tohle o mém příteli řekl?“

„Užitečné? – Vlastně ani ne.“

„Vidíš,“ dodal mudrc, „jestli to, co mi chceš říci, není ani pravda, ani dobré, ani užitečné, pak si to raději nech pro sebe.“



- ▶ Spolu s družinou (oddílem) absolvuji několik programů zaměřených na rozvoj vzájemné důvěry (např. „vodění slepého“, jištění v lanovém centru...).

**Smysl aktivity:** Zažít, jak je pěkné a důležité, když se na někoho mohu opravdu spolehnout a zároveň když se někdo může spolehnout na mě. Uvědomit si a zažít i zodpovědnost, která z toho vyplývá.

**Vhodná forma plnění:** Vyplývá ze zadání. Tyto aktivity je třeba brát velmi vážně – v případě selhání jde nejen o ztrátu důvěry, ale může jít o fyzické i psychické zranění dítěte. Proto je nutné respektovat pravidla bezpečnosti.



- ▶ Připravím ve spolupráci s rádcem/rádkyní (vůdcem/vůdkyní) pro svou družinu (oddíl) program na téma spolehlivosti, věrnosti, zodpovědnosti a odpouštění v přátelství.

**Smysl aktivity:** Snažit se porozumět přátelství v jeho celé šíři.

**Vhodná forma plnění:** Silný příběh (např. film nebo kniha *Lassie se vrací*) a následná debata. Nejstarší si mohou též připravit komponované pásmo z písniček, poezie a prózy a z filmových ukázek.



- ▶ Připravím ve spolupráci s vůdcem/vůdkyní oddílu program zaměřený na rozvoj vzájemné důvěry, který bude obsahovat i následnou reflexi (hodnocení s pochopením) o významu důvěry.

<sup>26)</sup> K tomu může dobře posloužit třeba *Slovník spisovné češtiny pro školu a veřejnost*.

**Smysl aktivity:** Zažít důležitost vzájemné důvěry pro přátelský vztah. Uvědomit si, jak jsem na tom já sám, nakolik jsem pro své přátele důvěryhodný, kde mám rezervy, v čem je moje silná stránka. V životě dospělých je spousta situací, kdy musíme stavět na důvěře – v partnerských i přátelských vztazích, v zaměstnání, ve veřejném životě.

**Vhodná forma plnění:** Větší zážitkový program na rozvoj důvěry, kde jsou lidé na sebe vzájemně odkázáni (např. hra *Den Trifidů* z Prázdninové školy Lipnice – Zlatý fond her II).

## Mám to pod kontrolou

- Když nebudu stíhat, co jsem slíbil, omluvím se. Víím, proč je to důležité.

**Smysl plnění:** Uvědomit si význam slibu, co to znamená, že na mne někdo spoléhá: zodpovědnost vůči němu. Ne vždy člověk stihne udělat, co slíbil. Ale je nutné dokázat (třeba se i přinutit, překonat sám sebe) jít za tím, komu jsem něco slíbil, a vysvětlit, proč jsem slib nesplnil. Je velmi důležité naučit se nestrkat před problémem hlavu do písku, protože důvěra se velmi často těžko a pomalu získává, ztratit ji ale je velmi snadné. Stačí jednou nesplnit slib a nevysvětlit proč. Je třeba si také uvědomit, že sliby se má šetřit, že se má slibovat s rozvahou. Možná je lepší tolik neslibovat, ale rovnou konat. Plnění a neplnění slibů také souvisí s hospodařením s časem vlastním, ale zejména těch druhých.

**Vhodná forma plnění:** Motivační příběh o důležitosti plnění slibů. Příležitost k debatě nad plněním skautského slibu. Vést si přehled o slibech a jejich plnění, třeba i za pomoci dospělého. Možnost zadávání drobných úkolů a sledování jejich plnění třeba během dvou měsíců.

- Zjistím, kde mi nejvíce utíkají sprostá slova (škola, parta, oddíl...). Pokusím se v tomto prostředí v průběhu 14 dní zlepšit. S výsledkem seznámím svou družinu.

**Smysl plnění:** Poznat sám sebe a uvědomit si, jak na tom se slušným/něslušným vyjadřováním jsem. Některá slova dnes děti používají automaticky a ani je nepovažují za neslušná. Dítě by se mělo zamyslet nad konkrétními situacemi, ve kterých neslušná slova používá a uvědomit si, proč se takto vyjadřuje: Chci se vyrovnat spolužákům? Jsem v té chvíli sám sebou? Připadám si dospělý? Chci někomu imponovat? Jsem zvyklý takto mluvit z domova?

**Vhodná forma plnění:** Je nezbytné požádat někoho z blízkého okolí, aby dítěti při plnění pomohl a upozornil vždy na použití neslušného slova. Pomocí může být zapísání konkrétních neslušných slov a jejich frekvence po celých 14 dní, třeba pomocí čárek ke každému slovu. Potřebná je zpětná vazba – v oddíle, v rodině. Zvláště účinné by bylo poskytnout zvukovou nebo videonahrávku zaznamenanou třeba při hře nebo běžné komunikaci (členy oddílu je třeba na tuto možnost předem upozornit). Jednou z možností, jak postupně likvidovat časté používání sprostých slov, je např. jejich nahrazování originálními a vtipnými výrazy.





- ▶ Měsíc se budu snažit zvládat své problémy s „klidnou hlavou“ a nechovat se přitom protivně vůči svému okolí. Své poznámky si zapisuji do zápisníku a o průběhu tohoto úkolu si promluví s někým, komu důvěřuji.

**Smysl aktivity:** Uvědomit si, jak je důležité ovládat své emoce a nejednat živelně (nevztekát se, nenechat se ovládat strachem, nejednat zbrkle). Takové jednání totiž stejně nevede k žádnému lepšímu výsledku, právě naopak. Uvědomit si význam starého přísloví „Ráno je moudřejší večera“, což znamená nechat problém trochu uležet a vlastní hlavu vychladnout, tak, abych se dokázal na problém podívat s určitým nadhledem. Proč by mělo okolí odnášet mé nálady a trpět mými problémy?

**Vhodná forma plnění:** Samotné plnění je zřejmé ze zadání úkolu. Jako přípravu je vhodné napsat seznam profesí, kde si pracovník nemůže své problémy „nosit“ do zaměstnání: letec, učitel, lékař, hasič, sehrát scénku na téma – kam to vede, když se dotyčný neovládá (příklad ze školy – učitel/žák, vedoucí oddílu – skaut/skautka). Viz „Semafor“ mezi „velkými programy“ v závěrečné části této publikace (str. 89).



- ▶ Snažím se o svých citech a náladách uvažovat a zkoumat jejich působení, abych já ovládal/a víc je než ony mne. O výsledku svého sledování alespoň za poslední tři měsíce pohovořím s někým dospělým, komu důvěřuji.

**Smysl aktivity:** Přemýšlet o tom, proč se vztekám, proč reaguji nepřiměřeně, jak je možné, že „něco“ se mnou tak cvičí. Stejně tak projevy nepřiměřené radosti, hlasité zvuky znamenají nedostatek sebeovládání „v dobrém i zlém“. V této aktivitě jde tedy o sebepoznání a o to, jak takové jednání působí na vztahy (trapasy, ublížení, propásnutí příležitosti dobrý vztah založit – mohu někoho odradit od toho, aby se se mnou sblížil).

**Vhodná forma plnění:** Udělat si jakýsi souhrn těch nejkřiklavějších situací do deníku. Přípravou je dramtizace několika typických situací, kde hlavní roli hraje „pubertácké chování“, s následnou debatou pod vedením dospělého. Ti, se kterými mohu o těchto věcech důvěrně hovořit, mají být lidé, kteří mě milují, nezklamou důvěru a na svět kolem sebe se už dokážou dívat trpělivě a s dostatečným nadhledem, zkušeností a moudrostí. Nejlepšími posluchači a rádci by mohli být babička nebo dědeček.



- ▶ S družinou nebo oddílem se zúčastním společenského oběda, při kterém budeme dodržovat základy společenského chování a stolování.

**Smysl aktivity:** Pochopit, že společenské chování je výrazem vztahu k druhým lidem, důkaz úcty, ohledů. To, jak se chováme, není ostatním lidem lhostejné. Navíc je i to projev našeho vlastního rozhledu, kulturnosti a schopnosti respektovat zavedená společenská pravidla.

**Vhodná forma plnění:** Vlastní forma plnění je zřejmá ze zadání. Nezbytná je ale příprava, která by měla zahrnovat např. seznámení se společenskými pravidly (formou prezentace, videa, společenské hry, četbou z knih *Etiketa a komunikace* nebo *Dědečku, vyprávěj* Ladislava Špačka, a z dalších). Trénink na schůzce – prostírání, stolování – stačí třeba příprava a konzumace čaje a sušenek a hned se v praxi projeví rozličné

nešvary, na které je možno upozornit (drobení, mlaskání, srkání, popotahování, houpaní se na židli, kopání, překřikování se u stolu apod.) To je možné vtipně předvést i formou scénky. K samotné realizaci může posloužit např. oslava něčích narozenin.

### Etiketa hrou<sup>27</sup>

Starling učí etiketu formou deskové hry, protože hlavními testovacími úkoly, které rozhodují o úspěchu při dobývání pozic, jsou znalosti pravidel společenského chování ve všech myslitelných situacích, od rodiny přes zaměstnání až po společenský vrchol kariéry. S hlavním protagonistou hry procházíme celým jeho životem od dětství až k audienci u britské královny. Je to hra nejen poučná, ale i strategická: podporuje samostatnost rozhodování, odpovědnost za vlastní rozhodnutí, předvídatost a schopnost vlastního úsudku. Podstatou hry je získávání společenských pozic a jejich upevňování. Na hráči je, zda se rozhodne mít více společensky slabších pozic, anebo menší počet silných. Chce-li být hráč silný, může toho docílit buď vylepšováním vlastního společenského postavení, nebo oslabováním postavení ostatních. To se však neobejde bez znalostí pravidel etikety, ale současně bez správného strategického rozhodnutí. Postavení ve společnosti není dáno penězi, ale společenským kreditem.

- ▶ Připravím pro družinu program o společenském chování



**Smysl aktivity:** Uvědomit si nutnost společenského chování pro dobré lidské vztahy, respektovat zvyklosti dané tradicí a kulturou. Uvědomit si vlastní nedostatky, chtít se zdokonalit. Člověk svým nespolečenským chováním může ostatní přivádět do rozpaků a sám se ztrapňovat.

**Vhodná forma plnění:** Scénka, ukázky z knih o společenském chování, filmové ukázky, diskuse. Využít se dá například TV seriál Etiketa Ladislava Špačka či desková hra Starling – etiketa hrou.

## Děvčata a chlapi

- ▶ Vyzkoumám, s kým se (ve třídě, v oddíle) v současné době víc kamarádím – jestli jsou to více kluci, nebo spíše holky – a pokusím se zjistit proč. S výsledkem seznámím dospělého, kterému důvěřuji.



**Smysl plnění:** První reflexe vztahů k opačnému pohlaví. Zjistit, jak na tom jsem, a to jak v kladném, tak záporném slova smyslu – např. zda můj vztah k opačnému pohlaví nepodléhá nějakým stereotypům, obavám, předsudkům apod. A také proč tomu tak je.

**Vhodná forma plnění:** Anketa ve třídě nebo v oddíle, mapa vlastních vztahů zaznamenaná třeba do deníku. Je možné též požádat někoho staršího o zpětnou vazbu, jak se mu jeví moje jednání vůči opačnému pohlaví.

- ▶ Ve třídě se budu snažit kamarádit s klukama i holčkama.



**Smysl plnění:** Nejde o nějaké umělé nucení, ale vzbuzení zájmu a případné odbourávání bariér ve vztazích mezi děvčaty a chlapi. Není neobvyklé, že se v tomto věku


27) [www.ladislavspacek.cz](http://www.ladislavspacek.cz)

chlapci s děvčaty téměř míjejí. Uvědomit si: je vůbec nutné s opačným pohlavím kamarádít? Proč? Jak se k nim chovat? Je to jiné než kamarádít s holkama/klukama?

**Vhodná forma plnění:** Plyne bezprostředně ze zadání aktivity. Je třeba vědět, jak takový vztah navázat a jakým konkrétním jednáním jej kladně rozvíjet. Je možné, že se dítě setká se situací, kdy bude muset čelit posměchu a prokázat určitou dávku odvahy. Jinde to zase půjde téměř hladce, ale zase je možné, že dítě bude muset překonat předsudky a stereotypy samo v sobě. Je možné využívat běžné situace ve škole. Jako motivace mohou posloužit příběhy smíšených part (*Správná pětka, Trosečníci z Vlaštorvky*). Pro odbourávání bariér a osvojování vhodných dovedností a postojů jsou vhodné hry ve dvojicích nebo ve smíšených družstvech.

### Očekávání

Kluci i holky píší na papír odpovědi na dvě otázky: Děvčata: Jak si přejeme, aby se kluci chovali k nám? Co si my holky myslíme, že si kluci přejí od našeho chování? Obdobně odpovídají kluci. Odpovědi si navzájem sdělí a vedou debatu o tom, jak očekávání odpovídají skutečnosti, proč se případně liší a co by se s tím dalo dělat. Průběh vytváření společných stanovisek za děvčata i za chlapce stejně jako následnou debatu samozřejmě řídí vedoucí. Při počtu dětí větším než šest osob je výhodnější, aby otázky zodpovídali nikoliv jednotlivci, ale menší skupinky dětí (o dvou až čtyřech členech).

- 
- ▶ Po dohodě s vůdcem/vůdkyní nebo rodiči se zúčastní nějaké větší akce (závod, soutěž, výprava), na níž je nutná spolupráce kluků i holek.

**Smysl aktivity:** Odstraňování překážek ve spolupráci kluků a děvčat. Vhodné zejména pro čistě dívčí či chlapecké oddíly, které jsou při své skautské práci tak trochu odtrženy od světa opačného pohlaví. Ale protože jsou děti obou pohlaví spolu běžně ve třídě, neměl by pro ně být problém spolupracovat. Je pravda, že spolupráce na skautské akci je užší, měla by být založena na kamarádském vztahu. Půjde o překonání jakýchsi stereotypů a předsudků, které mohou ještě někde přetrvávat, a také přirozeného ostychu mezi kluky a děvčaty. V koedukovaném oddíle jistě není problém účastnit se společné akce kluků a holek. Ale to neznamená, že nejde dobře naplnit smysl téhle aktivity – vést k uvažování o tom, co zvláštního mají děvčata a co kluci, nač je dobré dávat pozor u jedněch a nač u druhých, čím je možno udělat radost jednomu a čím druhému atd.

**Vhodná forma plnění:** Opět vyplývá ze zadání – závody, střediskové akce, tábor, vánoční besídka, akce ve farnosti, ve škole, atd.

### V čem jsme stejní a v čem jsme jiní

Děti se rozdělí do dvojic „chlapec – děvče“. Kladou si vzájemně otázky, které jim na lístečcích připraví dospělý (třeba jako karty, které si postupně střídavě berou z balíčku otázku dolů). Odpověď na každou otázku si nejprve oba zapíšou a potom si ji vzájemně přečtou.

Příklady otázek, kterých by mělo být 10–15: Co rád/a děláš, když jsi sám/sama doma? Jaké knihy tě baví číst? Na jaké pořady se nejraději díváš v televizi? Co nejradši děláš venku s kamarády? Jaké písničky se ti nejvíc líbí? Z čeho míváš nejčastěji strach? Jaké zvíře máš nejradši? Jaký předmět tě nejvíc zajímá ve škole? Co tě dokáže nejvíc naštvat? Co ti dokáže udělat velkou radost?

- ▶ Alespoň na jedné akci, na které se to hodí, budu dělat společnost osobě opačného pohlaví a budu se k ní galantně a společensky chovat.



**Smysl aktivity:** Seznámit se s tím, že je možné chovat se vzájemně jinak, než je dnes většinou běžné (i mezi kamarády). Zažít, že takové společenské a vzájemně ohleduplné chování je pěkné a že může oběma přinášet radost.

**Vhodná forma plnění:** Vyplývá ze zadání. Vhodným prostředím je návštěva kina, divadla či koncertu, oslava narozenin, je ale možné zajít spolu třeba „jen“ do cukrárny. Může ale také jít o společnou poradatelskou službu při nějaké oddílové nebo střediskové akci.

- ▶ Zorganizuji příjemné překvapení pro opačné pohlaví



**Smysl aktivity:** Zabývat se tím, jak uvažuje a prožívá příslušník opačného pohlaví. Ukázat, že to, co umím, může být prospěšné opačnému pohlaví, prožít radost vlastní i toho druhého. Zároveň pracovat na překonání případného ostychu, rozpaků a na dalším vzájemném poznání a sblížení.

**Vhodná forma plnění:** V tradičním duchu by holky mohly pro kluky udělat nějaké pohoštění, kluci zase třeba něco dívčímu oddílu vyrobit nebo opravit, můžou taky holkám k jejich svátku (třeba den sesterství) přinést kytku. Mohou si také navzájem vymyslet programy na schůzku. Příjemným překvapením může být, když se kluci ujmou třeba role hostitelů.

### Výměna rolí s trochou nadsázky

Samozřejmě to všechno může proběhnout i naopak, netradičně – o pohoštění se postarají kluci, děvčata odstraní nějakou dlouhodobější technickou závadu (utržená dvířka skříňky, rozbitou kliku u dveří). Varianta: parodie na naprostou výměnu rolí (maminka přijde z práce a lehne si s novinami na pohovku, tatínek pečuje o domácnost. Tatínek plete ponožku, maminka jde do hospody na pivo). Tatínek jde klábosit se sousedy u kavička, maminka opravuje protékající splachovač.).

- ▶ Zjistím, co je to puberta a jaké má důsledky. Proberu to pak v rozhovoru s dospělým, kterému důvěřuji, nebo o tom vytvořím informační plakát, který vyvěším v klubovně.



**Smysl plnění:** Důležitý krok k sebezpoznání a poznání druhých, a to zejména ve vztahu k opačnému pohlaví a k dospělým: Je třeba si uvědomit, jak se měním já sám a že se mění i mí kamarádi, což se (kromě změny vzhledu) projeví na mém i na jejich chování a jednání. Když vím, co mne čeká, mohu pak negativním jevům alespoň částečně lépe čelit a současně pochopit, že puberta má i své kladné stránky. Kritičnost může být užitečná, je nutné ji ale spojit s taktem, empatií a sebekritičností. Podobně to platí třeba pro zvýšenou citlivost, která prohlubuje soucit k lidem a ostatním tvorům.

**Vhodná forma plnění:** Přímo vyplývá ze zadání aktivity. Lze přitom využít poznatků ze školy, doporučit vhodný dokument či literaturu, vyrobit plakát nebo vytvořit prezentaci pro ostatní.



- ▶ Přečtu si knihu, kterou mi doporučí můj vůdce/vůdkyně nebo jiný zodpovědný dospělý, o tom, co přináší puberta do života chlapců a děvčat. S dotyčným si pak o knize pohovořím.

**Smysl aktivity:** Získat informace z důvěryhodného odborného zdroje, dokázat překonat případné rozpaky a s dospělým na toto téma rozumně hovořit, nebát se zeptat na to, co mne zajímá a čím si třeba nejsem jist.

**Vhodná forma plnění:** Je zcela zřejmá ze zadání. Přitom je třeba si uvědomit, že je řada dětí, která nemá potřebné informace z domova (ať už kvůli nevědomosti, podezřívání či ostychu rodičů). Děti pak často získávají informace o citlivých tématech od vrstevníků nebo z internetu, a to všelijak pokrivené a navíc formou, která může zanechat na dětské psychice dlouhodobé jizvy.



- ▶ Zjistím s pomocí dospělého člověka, čemu se říká „zneužívání dětí“ a jak se mu mohou děti bránit.

**Smysl aktivity:** Ochrana dítěte, která spočívá v jeho vlastní poučenosti a připravenosti takové situaci čelit. Učit se posuzovat jednání dospělých vůči sobě i vůči ostatním dětem i konkrétní situace také z tohoto hlediska. Vědět, kam se v případě potřeby obrátit.

**Vhodná forma plnění:** Využití znalosti ze školy, beseda s preventivou nebo policistou. Vedoucí připraví program podle metodických publikací České rady dětí a mládeže *Hranice bezpečí a Záchranné lano*, kde jsou i vhodné aktivity pro zjištění míry osvojení problematiky dětmi.

### **Shrnutí zásad prevence sexuálního zneužívání dětí (podle Schenk-Danzinger)<sup>28</sup>**

- Děti mají vědět, že jsou i zlí lidé, kteří zneužívají děti. Samozřejmě takovéto poučení se má vyhýbat traumatizujícím konkrétnostem.
- Dítě má mít důvěru k rodičům (učitelce, vedoucímu) a všechno jim říci. Mnoho případů zůstane utajeno, protože děti nemají odvahu to říci.
- Výslovně varovat děti: odmítnout jít s cizími lidmi, pokud je lákají sladkostmi, hračkami, odvezením v autě, malými zvířátky (oblíbené u pachatelů).
- Nikomu neotvírat, pokud jsou samy v bytě.
- Děti, které se cítí nemilované, se připojí ke každému, kdo je přátelsky osloví.
- Utíkat před násilím je rozumné jen tehdy, když dítě může uniknout; když ho mohou slyšet, je třeba křičet; v ostatních případech v zájmu identifikace pachatele se pokusit navázat rozhovor a zapamatovat si co nejvíce informací o pachateli.
- Žel, znásilnění příbuznými a známými (často ve stavu opilosti) je častější než cizími; děti a ti, kteří se o tom dozvědí, obvykle ze strachu mlčí. Varování před zneužitím příbuznými je velmi těžko proveditelné přímo, ne-li nemožné: nadělalo by velmi mnoho zla (zasetí nedůvěry, podezření a obav spojených s trýznivými představami). Nepřímo však varovat lze tím, že dítě by mělo vědět o nepřipustnosti určitých způsobů jednání a forem doteků, ať jsou od kohokoliv.
- Někdy nápadně utlumené dítě prozradí dospělému své problémy, vyplývající ze zneužití příbuznými: tehdy je zapotřebí obrátit se na příslušný orgán (např. OSPOD) ochrany dítěte nebo Dětské centrum (<http://www.ditekrize.cz/>).

28) LENCZ, Ladislav a Eva IVANOVÁ. *Etická výchova 3*. Praha: Luxpress, 2003, str. 103.

- ▶ Připravím ve spolupráci s vůdcem/vůdkyní debatu o problémech vztahů mezi chlapci a děvčaty, včetně úvodu do tématu a následného vyhodnocení debaty.



**Smysl aktivity:** Vytvořit účastníkům programu solidní základ pro chápání a prožívání vztahů mezi chlapci a děvčaty, korigovat informace získané od kamarádů, z internetu či jiných často nespolehlivých a jednostranných zdrojů. Uvědomit si a dokázat vyjádřit, v čem jsou klady vzájemných vztahů a co je může nabourávat. Sem patří samozřejmě i téma prvních lásek. Je přirozené, když se lidi v oddíle či středisku do sebe zamilují, ale je třeba nezapomínat přitom na ostatní kamarády, nebýt zahledění jen do sebe. Je zapotřebí zabývat se i tím, jak dávat či nedávat najevo zamilovanost na skautských akcích (ať už starší skauti, ale snad především vedoucí), jak řešit rozchody, aby to neničilo kolektiv a kamarádství přetrvávalo i přes konflikty

**Vhodná forma plnění:** Pro úvodní vstup je vhodný příběh, kniha, film, vyprávění starších ze života. Důležitá je i výměna názorů a zkušeností a nějaký společný závěr na nástěnku nebo do oddílového časopisu, na web nebo do kroniky. Tato aktivita vyžaduje citlivost k ostatním, zejména vzhledem k různému stupni jejich poznání a zkušenosti (v tomto věku je často někdo ještě opravdovým dítětem, stejně starý vrstevník už má vzhled dospělého i některé jeho zkušenosti).

### Dotazník<sup>29</sup>

*Co to podle tebe znamená chodit s někým?*

*V čem to podle tebe může být fajn? V čem to podle tebe nemusí být fajn?*

*Jaké vlastnosti by měl mít tvůj životní partner, co je pro tebe nejdůležitější?*

*Jaké vlastnosti by mít neměl?*

*Chodíš s někým?*

*Jaké vlastnosti se ti na tvém partnerovi/partnerce líbí?*

*Jaké vlastnosti se ti na něm/ní nelíbí?*

- ▶ Pokusím se zjistit (pomocí knih, internetu, dospělých), co se rozumí ženskou a mužskou rolí, a připravím o tom pro naši družinu (nebo jinou skupinu vrstevníků) program.



**Smysl aktivity:** Zamyslet se nad tím, co se rozumí rolí muže a ženy (pojem gender). Uvědomit si, že ač žijeme v moderní společnosti, kde se hovoří o rovnoprávnosti mezi pohlavími, muž a žena jsou rozdílní a vede to obvykle i k určitým odlišnostem v jednání. Je ale důležité uvědomit si, že i když mají často odlišné role, jsou to stejně hodnotní lidé (což v dějinách nebyvalo a všude ještě zdaleka není samozřejmostí).

**Vhodná forma plnění:** Exkurze do historie, beseda s diskusí. Scénka charakterizující některé rysy mužské a ženské role – jak to chodí doma, ve třídě, v restauraci. Anketa na toto téma mezi lidmi, kterých si vážím a které znám, mezi dospělými i mezi vrstevníky. Příklady diskriminace žen i mužů v historii i v současnosti, příklady zástupnosti rolí nebo neobvyklého pojetí rolí. Příklady stereotypního vnímání mužství a ženství a příklady, které tyto stereotypy popírají. Beseda s gender specialistou/specialistkou.

29) Právě takový byl použit ve výzkumu ESLPAC *Romantické vztahy třináctiletých dospívajících a jejich reprezentace* realizovaném Institutem výzkumu dětí, mládeže a rodiny Fakulty sociálních studií MU 2009.



- ▶ Zjistím (např. pomocí dotazníku, který připravím ve spolupráci s vůdcem/vůdkyní), co si členové naší družiny představují pod tím, když se řekne „správný sexuální život“.

**Smysl aktivity:** Možnost mluvit v prostředí důvěry (v družině, oddíle, středisku) o tématech, která mladý člověk v rodině nebo škole může odmítat. Kolem tématu „sex“ nemůžeme v kolektivu dospívajících mladých lidí chodit jako kolem horké kaše. V prostředí důvěry je právě šance, že správná slova padnou na úrodnou půdu a že budou brána vážně. Za určitých okolností by mohlo jít o příležitost k odstranění tabuizace sexu, sexuálního života, sexuálních chorob, ochranných pomůcek, promiskuity.

**Vhodná forma plnění:** Přípravou může být příběh, ve kterém nepoučenost mladého člověka nebo chybné představy o sexuálním životě vedly k vážným životním problémům. Rozhodnutí, zda bude anketa anonymní či ne, musí vycházet z konkrétní situace v daném kolektivu (záleží na míře důvěry, lidské zralosti, prostředí, ...). Následná debata musí být velmi dobře moderována, aby nedocházelo k zesměšňování a k pocitům trapnosti. Celou situaci musí dobře unést právě dospělý vedoucí – předpokladem je věcnost, slušnost, citlivost, jistá samozřejmost, se kterou dospělý používá pojmy a myšlenky, které dětem mohou připadat směšné, neslušné nebo senzační. Také je důležité si uvědomit, že působení v této oblasti nemůže jít proti přesvědčení rodičů.

### **Mládí – čas přípravy na lásku<sup>30</sup>**

Abys postavil dům rychleji, můžeš vynechat vykopání základů, můžeš položit střechu na nižší zdi, můžeš natřít neomítnuté zdivo, které je ještě vlhké, ... a přitom se vysmívat přátelům, kteří potřebují delší čas na to, aby důkladně dokončili svůj pevný, prostorný a úhledný dům.

Avšak ze stěn tvého nízkého a malého příbytku brzy vystoupí vlhkost a první bouřka s ním otřese nebo ho docela zničí.

Když jen pro svou rozkoš předčasně přijímáš časté a lehké lásky, budeš mít dočasně dojem zdánlivého dozrání – to je ta střecha na nedokončených zdech, falešný lesk nátěru na vlhké omítce. Buduješ tak labilní, rozkolísaný domov. Který nebude mít potřebný prostor a rychle ztratí lesk novoty.

Když tě okouzluje hloubka ducha, září na tebe lesk milé tváře, když tě vzrušuje krása těla, nevytahuj ruku, abys uchopil, ale využij tuto v sobě uvolněnou sílu, aby ses v tichosti připravoval na sebedarování a přijetí.

Mládí tvého těla a celé tvé bytosti je znamením, že je čas připravit se na lásku.

Cvičit se v lásce neznamena dělat opakované pokusy, ale znamená to:

- Mít úctu k sobě a úctu k ostatním, abys byl schopný mít hlubokou úctu k tělu a osobě toho druhého.
- Obohacovat svou bytost, abys byl schopný obohatit toho druhého.
- „Dobýt“ sebe, aby ses mohl darovat druhému.
- Zapomenout na sebe, abys druhého neuchvátil pro sebe, ale otevřel se mu.
- Přijmout druhého.
- Pochopit druhého.
- Svěřit se druhému.
- Mladý příteli, chceš-li mít skutečný úspěch v lásce, rychle se uč milovat tak, že budeš milovat všechny své bližní.

30) LENCZ, Ladislav a EVA IVANOVÁ. *Etická výchova 3*. Praha: Luxpress, 2003.



## C.3 – Komunikace mezi lidmi

### Výchovné cíle:

- ▶ Má zájem otevřeně a vstřícně komunikovat
- ▶ Dokáže pozorovat a naslouchat
- ▶ Umí se vcítit do druhého a nahlédnout situace z jeho pozice
- ▶ Je otevřený/á a vnímavý/á vůči druhým bytostem
- ▶ Dokáže vnímat a správně chápat neverbální rovinu komunikace
- ▶ Jeho komunikace je efektivní
- ▶ Dokáže účinně čelit náročným komunikačním situacím



*Chci rozumět druhým, správně chápat, co mi sdělují. K tomu je třeba druhým naslouchat a snažit se pochopit, co si opravdu myslí a jak se cítí. Také já chci umět jasně vyjádřit, co mám na mysli, aby mi ostatní dobře rozuměli. A chci se učit řešit spory a konflikty správně.*

Cesta Země + Cesta Vody

*Chci s druhými úspěšně komunikovat. To znamená naučit se je brát vážně, opravdu jim naslouchat a co nejlépe je chápat. Dále je potřeba, abych já sám/a dokázal/a co nejlépe vyjadřovat to, co chci sdělit druhým. A konečně se musím naučit správně řešit konflikty: kamarádkou domluvou, rozumnou debatou, schopností přiznat chybu a omluvit se.*

Cesta Vzduchu + Cesta Ohně



## KOMUNIKACE JAKO CESTA KE SPOLEČENSTVÍ

Komunikace – *sdílení* – je základním nástrojem pro utváření a rozvíjení života člověka, který skrze komunikaci vstupuje do vztahů a buduje z nich různé druhy společenství (*communio*). To je rozhodující pro pojetí bodu *Komunikace mezi lidmi* v oblasti *Můj kamarád*, což zdůrazňujeme hned na začátku proto, že o komunikaci se dneska pojednává z různých důvodů a hledisek. I v rámci skautské stezky je například bod *Vyjádřování*, který nepochybně do oblasti komunikace patří, ale který je pojednán v rámci oblasti *Co znám a umím*. Tam se logicky řeší „technické“ záležitosti. Horší je, že tento „technický“ přístup ke komunikaci – jako by šlo jen o záležitost naučení se těch správných „grifů“ – dnes naprosto převládá. Tím se ale celá záležitost dostává nejen na mělčinu, ale hlavně všechny tyto dobré rady v praxi žalostně selhávají.

A důvod je jasný: pokud komunikace nevyrostá zevnitř, ze srdce člověka, a není pro něj pokusem vybudovat ke druhému či druhým most vztahů, je vždycky nakonec jen nějakou formou *manipulace*, která dřív nebo později dopadne špatně. Ostatně – nepřekvapuje tě, že na jednu stranu je požadavek, aby uchazeč o pracovní místo byl *komunikativní*, snad nejčastěji se vyskytující podmínkou (spolu s tím, aby byl *flexibilní*), ale současně s tím dochází každou chvílí k nějakému zásadnímu *nedorozumění*? Jak se ovšem vyhnout nedorozumění mezi lidmi, kteří jsou si cizí a ani nemají zájem se vzájemně přiblížit a otevřít? To věděli už pisatelé biblického příběhu o babylonské věži, že tam, kde chybí vnitřní jednota, ztrácí se i schopnost dorozumění. A tuto schopnost nezachrání žádná sebelépe vymyšlená „komunikační technika“. My ti naopak zařazením bodu *Komunikace mezi lidmi* do oblasti *Můj kamarád* chceme zvlášť zdůraznit, že cesta ke kvalitní komunikaci nevede jinudy než přes budování dobrých vztahů.

Přítom my jako lidé žijící ve společnosti druhých se nemůžeme vyhnout tomu, abychom nějak nekomunikovali. I tehdy, když se chceme jakkoliv „stáhnout“ z aktivní komunikace, dál vysíláme druhým signály, které jim zprostředkovávají nějaké naše sdělení (třeba, že o ně vůbec nestojíme nebo že bychom byli vůbec nejraději úplně sami). Jsme prostě „odsouzeni“ k tomu komunikovat – jde jen o to, zda dobře, či špatně.

## METODIKA – ANEB JAK NA TO

Výchovné cíle a na ně navazující aktivity, jimiž mají být skauti a skautky uváděni na cestu dosažení těchto cílů, je možné rozdělit do tří na sebe navazujících skupin, které si můžeme stručně charakterizovat jako

- ▶ výchozí postoj,
- ▶ nezbytné dovednosti,
- ▶ efektivní komunikace.

Podívejme se nyní na ně podrobněji.

## Chce otevřeně a vstřícně komunikovat

Tento výchozí postoj je nezbytný. Tím, aby tomu tak opravdu bylo, jsme se zabývali už v souvislosti s předchozími dvěma body věnovanými přímo dobrým vztahům a jejich vytváření. Zde se proto jen zmíníme o třech častých a nebezpečných komunikačních patologiích, které mají vždy destruktivní dopad na vztahy:

- ▶ **Předvádění se** – snaha o upoutání pozornosti, vzbuzení zájmu, strhávání pozornosti na sebe. Takový styl komunikace nevytváří žádné skutečné společenství. Má sloužit jen k posilování ega toho, kdo se předvádí, zatímco ostatní jsou zneužíváni jako reflektory, v jejichž záři se má dotyčný zaskvět. Skoro vždycky je takový způsob jednání živěn (kromě sebestředného narcismu) komplexem méněcennosti, který má být právě touto formou (ne)komunikace potlačen. Pokud bychom tedy chtěli takového člověka vyvést ze zajetí „předvádění se“, bylo by nejspíš neúčinnější posílit jeho slabé či zraněné „já“ nějakým jiným způsobem, při kterém by dotyčný právě pochopil, že k tomu, aby si ho někdo vážil, se nemusí předvádět.
- ▶ **Pomluva** – tedy negativní komunikace o někom, kdo není přítomen, která zpravidla není nijak objektivní a někdy je přímo nesena záměrem nepřítomné osobě ublížit. Pomluvy jsou jed, který rychle otráví celé společenství. Bohužel málokdy mu lidé důrazně čelí – totiž především tím, že by pomluvám zásadně odmítli naslouchat. O něco méně nebezpečnou formou je *drbání* – od něho k pomluvám ovšem není daleko. Zásadní obranou před šířením pomluv i drbání by měla být jednoduchá a jasná otázka: Proč mi to říkáš? (viz „*Tři síta*“ v předchozím textu).
- ▶ **Lež** – čímž rozumíme záměrné klamání druhých. Neřešíme tu situace, kdy člověk je (například za války či v totalitním režimu) vyslýchán a nesmí prozradit své přátele. Skutečné potíže máme s „všední lží“, které se podle výzkumů člověk naší civilizace dopouští prakticky každodenně. Někdy kvůli tomu, aby se „předvedl“, jindy, aby získal nějakou výhodu (to jsou lži „profesionálních lhářů“ v politice či byznysu), ale nejčastěji proto, aby se vyhnul konfliktu. Naprostá většina lží – zvláště těch, které budou kroužit i kolem tvého oddílu – má kořen v nedostatku odvahy unést nepřijemnosti, které by přineslo vyjevení pravdy. To ostatně říká i známé české přísloví *Pro pravdu se lidé nejvíc zlobí*. Proti těmhle lžím ze strachu a zbabělosti je neúčinnější obranou zážitek osvobození, který přináší odpuštěný průšvih (jehož společenským následkům by se jinak člověk chtěl vyhnout právě lží). Na druhou stranu je třeba pro to, aby byl člověk ochotný kvůli pravdě vůbec něco vydržet, zvyšovat odolnost na psychofyzickou zátěž. Tu mají dnes děti velmi nízkou – a proto tak rychle a snadno sahají ke lži.

### Z výzkumu NIDM Hodnotové orientace dětí 6 až 15 let

Nada (13–15): *Já si taky myslím, že by se to nemělo, ale někdy i musí.* Jolana (13–15): *Já myslím, že každý z nás lhal, že je zbytečné říkat, že je to špatná věc. Asi se v určitých situacích musí.* Katka (13–15): *Někdy se to hodí, ale je to špatně.* Šimon (13–15): *Já si myslím, že na tom není nic špatného. Proč ne? Když se na to přijde, tak je to blbý.* Většina dětí je přesvědčena, že jejich otec občas lže, a rovněž si to myslí skoro polovina dětí o matce.

## Nezbytné dovednosti

Dlouhodobě člověk není schopen komunikovat jinak, než jak to odpovídá určujícím hodnotám jeho života, jeho charakteru, povaze a komunikačním dovednostem – a to bez ohledu na okolnosti nebo partnery komunikační situace. Zejména neverbální rovina komunikace o tom vysílá nepřehlédnutelné signály – a není v moci člověka

tomu zabránit. Proto je nutné pracovat jak na vnitřním růstu – čemuž je věnována celá oblast *Kdo jsem* i předchozí kapitola – tak i na dovednostech, které jsou důležité pro úspěšné vedení komunikace s druhými. A těm je možné se (při správném vnitřním postoji) učit – a naučit 😊.

Jedná se o čtyři následující dovednosti:

### **Dokáže pozorovat a naslouchat**

Tím jsme se podrobně zabývali už v souvislosti s aktivitami oblasti *Kdo jsem i Příroda kolem nás*. Jistě tě není třeba přesvědčovat o tom, že téhle dovednosti se musíme učit celý život a že je to dovednost pro každého z nás zásadní. Co všechno člověk propase právě proto, že nedává pozor a nedovede pořádně naslouchat. Měl by se tomu vždycky aspoň chvilku věnovat na každé schůzce.

### **Pozorovatel<sup>31</sup>**

Ten, kdo bude pozorovatelem, odejde za dveře, a ostatní se dohodnou na jednom charakteristickém slově, slovním spojení, gestu nebo výrazu tváře. Úkolem pozorovatele je pak po návratu tento charakteristický znak odhalit. Má k tomu (podle vospělosti) 5 až 10 minut, během kterých může komukoliv klást různé otázky. A odpovídající by měli – minimálně každý druhý – tento charakteristický znak uplatnit. U mladších hráčů je třeba, aby šlo o znak dosti patrný a prakticky každý odpovídající jej uplatnil (pokud jde o gesta či výraz obličeje, je vhodné si to vyzkoušet před příchodem pozorovatele), u starších se náročnost zvýší jak volbou méně nápadného znaku, tak jeho řídkým užíváním. Pokud pozorovatel znak vypozeruje, nebo mu uplyne doba, jde za dveře další hráč. Je to možné hrát i na družstva, kdy za dveře odejde celý tým a jeho členové postupně přicházejí vypátrat smluvený znak.

### **Umí se vcítit do druhého a nahlédnout situace z jeho pozice**

Tohle zní samozřejmě krásně a jistě jsi už o tom mnoho slyšel. Horší pak je uvést takovou větu opravdu v život. Empatii se budeme podrobněji věnovat v souvislosti s bodem *Pomoc druhým*. Tady se víc soustředíme na schopnost nahlédnout situaci z pozice druhého. Co to vlastně znamená? Docela dobře to vystihuje známá indiánská rada: *Nesud nikoho, pokud si v jeho mokasínech nestrávil aspoň jeden den*. Aby se člověk dokázal vcítit, musí totiž opravdu změnit „těžiště“ svého vnímání a prožívání, postavit se vnitřně do pozice toho druhého. To znamená nechat na sebe „dopadnout“ bez jakýchkoliv filtrů a předběžných soudů jeho skutečnou situaci. Ale pouhé vcítění nestačí. Znamená to vzít vážně i jeho omezení, představy, touhy a očekávání a spoustu dalšího, což se nedá udělat raz dva. To nutně vyžaduje dát druhému prostor, aby nám mohl předat aspoň něco ze svého nitra. K tomu je ovšem třeba vytvořit most důvěry, po kterém by dokázal přejít a nechal nás nahlédnout do svého vnitřního světa. Jde zkrátka o delikátní záležitost, která vyžaduje jemnost, takt, trpělivost a skutečnou lidskou zralost. To ale neznamená, že s tím není třeba začít už ve skautském věku. Právě naopak. Když se nezačne teď, nezačne se nejspíš nikdy. Jen je dobré vědět, že skutečné plody budeme sklízet až v dospělosti.

### **Je otevřený/á a vnímavý/á vůči druhým bytostem**

To je další krok, který roste z výchozího pozitivního postoje k druhým a čerpá z předchozích dvou dovedností. V praxi jde o to, aby člověk neměl z druhých lidí

31) Podle LENCZ, Ladislav a OLGA KRÍŽOVÁ: *Etická výchova I*. Praha, Luxpress, 2000, s. 168.

strach a aby nebyl příliš zahlcený sám sebou. A současně aby byl dostatečně pozorný a empatický. Pro děti je samozřejmě důležité, aby aspoň někde zažívali prostředí, které je k takovému jednání inspiruje tím, že se v něm cítí dostatečně bezpečně, jako bytosti druhými přijímané a chápané. Takovým prostředím by měl být pro ně právě tvůj oddíl. Ovšemže v první řadě by to měla být jejich rodina. Ale tam dnes kolikrát zasahují příliš silně konflikty i nároky světa dospělých (nezaměstnanost, tvrdá konkurence, neshody mezi rodiči, rozvody ad.) a současně zvláště pro dospívající se stává příliš svazujícím prostorem, takže dobrý oddíl tu může sehrát neocenitelnou službu. Je ovšem nutné o takové příznivé oddílové prostředí pečovat. Nenechávat v něm „zahnívat“ různé nedořešené záležitosti, neodpuštěná pochybení, přecházet různá vnitřní zranění. Musí v něm převládat laskavost, vzájemné přijetí a pomoc (jak už o tom byla řeč v souvislosti s bodem *Moje vztahy*). Naopak je třeba systematicky podporovat jakýkoliv projev (i náznak) otevřenosti a citlivosti vůči druhým.

### Živé zrcadlo

Ve známém filmu *Pekařův císař a císařův pekař* je scénka, kterou si můžeme čas od času zahrát právě jako trénink citlivosti a otevřenosti vůči druhým. Podobně, jako pekař Matěj se v rozbitém zrcadle snažil přesně napodobovat pohyby císaře Rudolfa II., se proti sobě postaví dvojice hráčů, z nichž jeden bude představovat Rudolfa – tedy toho aktivního, a druhý Matěje, který se snaží přesně „zrcadlit“ to, co dělá ten první. Přitom se snaží respektovat to, že mezi nimi je „zrcadlová hranice“. Mohou se jen lehce dotýkat konečky prstů. Aktivita nemusí být dlouhá, zpočátku stačí jedna, dvě minuty, později lze prodloužit na pět a poté vyměnit role. Nato by u starších mělo následovat aspoň krátké review: co jsem během toho prožíval, kdy jsem se cítil nejlépe a kdy naopak špatně, co mi udělalo radost, co bych si chtěl příště zopakovat, z čeho jsem měl obavu a co se s ní pak stalo atd.

### Dokáže vnímat a správně chápat neverbální rovinu komunikace

Je to ve skutečnosti výsledek propojení toho, kam jsme dosud došli: otevřený a vstřícný postoj k druhým spojený s dovedností si pozorně všimát a naslouchat, vcítit se do něj a nahlédnout jeho situaci z jeho pozice, zkrátka být pro něj vnímavý. Neverbální rovina komunikace totiž o druhém říká hlavně to, jak se cítí a čím žije jeho srdce (což jsou i naděje, touhy, ideály). O neverbální komunikaci se dnes pořádají tučně placené semináře a vycházejí spousty knih<sup>32</sup>. Přesto výsledky nejsou nijak valné. Je to právě proto, že tady nejde o nějakou techniku, kterou by bylo možné si osvojit bez oné vnitřní proměny a růstu, o němž jsme už mluvili. Stokrát je možné slyšet, že člověk má mít dobrý oční kontakt s druhými, a může se na to pokaždé chystat. Ale pokud nemá opravdu čisté svědomí a „zvednuté hledí“ (tedy není mezi ním a tím druhým nějaká vnitřní překážka), nedokáže se mu opravdu dívat do očí tak, jak by bylo třeba. A pokud mezi tebou a tím druhým něco špatného leží, budeš řadu jeho neverbálních signálů číst úplně jinak, než jak je ve skutečnosti vysílá. Například jeho ostych či obavy budeš chápat jako nadřazenost či přímo aroganci.

### Podávání rukou

Všichni si postupně vzájemně podají ruku. Přirozeně, beze spěchu, tak, aby si mohli zapamatovat ten pocit z ruky druhého. Pak se jednomu z nich zavážou oči a ostatní mu znovu podávají ruku stejným způsobem jako v úvodu hry. Jeho úkolem je podle stisku poznat, kdo to je. V této roli se postupně vystřídají všichni.

32) Například TEGZE, Oldřich. *Neverbální komunikace*. Praha: BizBooks, 2004. SNEDDON, Gwyneth Doherty. *Neverbální komunikace dětí*. Praha: Portál, 2005. PEASOVI, Allan a Barbara. *Řeč těla*. Praha: Portál, 2008. *Zábavný web o tělolučce* – [www.neverbální-komunikace.cz](http://www.neverbální-komunikace.cz)

## Dotykové poselství

V místnosti zůstane jeden člen družiny/oddílu se zavazanýma očima, sedí zády ke vchodu do místnosti. Ostatní po jednom přicházejí z chodby k němu a dotykem (na záda) se snaží mu něco vyjádřit. Všichni se postupně prostřídají i v pozici toho se zavazanýma očima. Poté se provede review pocitů účastníků: co jsem cítil při tom, když se mě ostatní dotýkali.

## Zásady efektivní komunikace

Třetí podmínkou úspěšného rozvoje komunikace je respektování určitých pravidel, která se dlouhodobě osvědčila jako účinná při vytváření kvalitní komunikace. Ta pravidla buď pozitivně určují, jak je třeba si počínat na podporu úspěšné komunikace, nebo naopak upozorňují, čeho je třeba se vyvarovat.

Tady ti nabízíme dva základní principy a jednu účinnou metodu:

### Správně určit smysl komunikační situace

Ten, kdo zahajuje komunikační situaci, sleduje zpravidla nějaký cíl. Rozpoznání tohoto cíle (záměru) ostatními účastníky komunikační situace je nezbytnou podmínkou úspěchu komunikace. Správná orientace v hlavním záměru komunikačních situací je zásadní kompetencí k jejich zvládnutí. Bez ní nutně dochází ke konfliktům. Proto je nezbytné snažit se hned v počátku komunikace jasně vyjádřit, případně zjistit, o čem má v komunikační situaci hlavně jít – proč se například na mě druhý obrací, o čem mu jde; nebo naopak – proč já se obracím na druhého či na ostatní atd.

Pro vyjasnění komunikační situace bývá užitečné klást i v průběhu rozhovoru ujišťující otázky typu: „Rozumím ti správně, že...?“ „Chápu to dobře, když slyším, že říkáš...?“ „Chtěl/a jsi říct toto:...?“, abychom si byli opravdu jisti, že mluvíme o tom samém a hlavně – že celou komunikační situaci chápeme shodně.

### Typické záměry komunikace:

1. *Informovat* – sdělit, předat či doplnit informace, upozornit, dát na vědomí.
2. *Instruovat* – poskytnout návod, vysvětlit, naučit, dát recept.
3. *Přesvědčovat* – získat někoho na svou stranu, argumentačně podepřít své stanovisko, ovlivnit někoho nebo něco.
4. *Vyjednat, dohodnout se* – řešit a vyřešit něco, dospět k dohodě.
5. *Pobavit* – rozptýlit, rozveselit, společně něco zažít, vyplnit čas.

### Respektovat roviny komunikace

Každé sdělení má dvě roviny – *obsahovou* a *vztahovou*. *Obsahová rovina* sdělení je věcná informovanost. *Vztahová rovina* sdělení charakterizuje vztah jedinců a význam informace v kontextu tohoto vztahu (jde-li o nařizování, žádání, zakazování, atd.). Oba typy signálů se objevují současně. Pokud dochází ke *konfliktům* mezi lidmi, jedná se většinou o záležitost *vztahovou*. Málokdy nám vadí, že partner má jiný názor než my (obsahová rovina), ale vadí nám, *jakým způsobem jej prezentuje (vztahová rovina)* – shazuje nás, popírá naše vidění, je agresivní atd. Z uvedeného vyplývá, že vztahová složka komunikace je převažující.

Rozlišování mezi věcnou a vztahovou složkou komunikace má zcela zásadní význam pro její *efektivnost*. Když říkáme, že komunikujeme na vztahové rovině, neznamená to, že v komunikaci chybí věcné signály, ale že je naše pozornost zaměřena na signály vztahové. Platí to samozřejmě i opačně u věcné komunikace. Při věcné komunikaci si vztahové signály začneme uvědomovat až tehdy, když nás začnou nějakým způsobem rušit. V takovémto případě bychom měli věcnou komunikaci zřetelně ukončit, přejít do vztahové roviny, prodiskutovat s partnerem vztah, a až je to v pořádku, opět se vrátit k věcné podstatě komunikace.

Jednání totiž obvykle probíhají v kontextu určitého vztahu a průběh vyjednávání by neměl tento vztah ohrozit. Je důležité si uvědomit, že udržení dlouhodobých vztahů má přednost před výsledky jediného jednání. Jednající by neměli dopustit, aby se jejich emoce zaměřily více na střet osobností než na skutečné problémy, které mají řešit.

Porozumět jinému úhlu vnímání („realitě“ podle partnera) neznamená podlehnout mu. Jde o to, abychom dokázali svou komunikaci, schopnost argumentace a zvládnání námitek uzpůsobit partnerovu vnímání tak, aby nám co nejvíce porozuměl.

Pokud chceme dospět k jasnému závěru, je nezbytné udržovat vztahy do takové míry, která umožní uzavřít dohodu „win-win“ (výhra-výhra) akceptovatelnou pro obě strany (nevytvářet nátlak a negativní pocity, ale také nepodporovat lítost apod.). Nesmíme dopustit, aby emoce určovaly diskusi o způsobu řešení věcného problému.

### **Cesty k efektivní komunikaci:**

- Zaměříme pozornost na zájmy, nikoliv na pozice.
- Oddělme vztahy – emoce od racionální podstaty problémů.
- Najdeme řešení vedoucí k zisku obou stran.
- Použijeme pokud možno objektivních měřítek.

### **Pro zvládnání efektivní komunikace je potřeba se naučit a zvládnout:**

- Aktivní naslouchání.
- Navození situace skutečného vzájemného sdílení – tzv. komunikační raport.
- Povzbuzující a podporující formulace.
- Odstraňování překážek komunikace.
- Pozitivní ukončení rozhovoru.

### **Podstatou efektivní komunikace je kladný vztah k sobě samému a k druhým.**

#### **Asertivní jednání**

Asertivita představuje mimořádně úspěšnou metodu používanou na celém světě – a to zejména pro řešení konfliktních situací. Uplatňování asertivních přístupů může rozhodujícím způsobem přispět k úspěchu v osobních i pracovních vztazích. Principiálně asertivita staví na strategii *vyhra – vyhra*.

Asertivní jednání vychází z předpokladu, že je možné osvojit si schopnosti, dovednosti a techniky, které nám umožní překonat působení emocí a díky tomu efektivně vyjádřit své zájmy, potřeby, pocity a postoje.

Podstatou asertivity je věcný a neústupný komunikační styl při obecné i speciální komunikaci a předcházení komunikačním stresům, jako jsou afekty, urážky, nevěcná argumentace apod. Vypjaté komunikační situace, hlavně spory, se asertivně řeší tzv. komunikačním manévrováním<sup>33</sup>, které nesmí být ani agresivní, ani pasivní. Asertivnímu

33) Smyslem takového komunikačního manévrování je přesunout hovor z oblasti, kde hrozí konflikt nebo trapas, někam na bezpečnější půdu.

chování odpovídá umění v nastalé situaci se přiměřeně prosadit nebo ubránit. Nezbytně k ní patří i zodpovědnost, zdvořilost a ohleduplnost k druhým.

### **Asertivní jednání umožňuje:**

- získat představu o perspektivách,
- lépe poznat sebe sama,
- omezit rizika a snížit nejistotu,
- získat vyhraněnější image.

Na druhé straně je však potřebné si uvědomit, že *asertivní jednání není univerzálním všespasitelným principem*, na němž je založena správná komunikace mezi lidmi, ani všelékem na mezilidské konflikty a problémy v lidských vztazích. A že *není vhodné ho uplatňovat v každém jednání s lidmi* bez patřičného rozvážení všech pro a proti. Za jistých okolností může asertivita vyústit až v určitý egoismus a bohorovnost (ne reagování na kritiku v důsledku vlastních hodnotících kritérií podporujících pozitivní sebehodnocení bez odpovídající reakce na nedostatky ve své práci).

V některých situacích může na někoho (zejména akutně stresovaného) působit jako provokace (nedostatečné projevování úcty, drzost, arogance, manipulace, nepochopení jeho situace, bagatelizace jeho obtíží) či výzva k soupeření (nebezpečí soupeření – to v konečném výsledku může ústít až do neřešitelných patových situací). Jindy může působit asertivně jednající jedinec jako sobec zaměřený výhradně na prosazování vlastního hodnocení situace a vlastních zájmů. Asertivní jednání může působit vzhledem ke své racionálnosti jako prosté citu a poněkud fádní.<sup>34</sup>

## **Náročné komunikační situace**

S náročnými vztahovými situacemi se setkáváme skoro každý den. Do této části jsme vybrali tři (vyjednávání, diskuse a přijetí kompromisu), další (jak čelit komunikačním faultům a jak zvládat kritiku) jsou v „Příloha 1“ ve třetí části této publikace.

Náročnost komunikačních situací je dána skoro vždy tím, co se děje ve vztahové rovině. Bez toho by třeba takové přiznání viny a prosba o odpuštění byly zpravidla naprosto banální záležitosti. Jenomže ve chvíli, kdy jsem ublížil někomu, koho mám rád a kdo má rád mě, je to drama: jak obnovit vzájemný proud lásky?

Tři vybrané situace jsou charakteristické tím, že kromě oné komplikované roviny vztahové jsou náročné i „technicky“. Pro jejich zvládnutí je už třeba vědět dost o tom, jak si počínat, aby se to opravdu podařilo.

### **Vyjednávání**

Vyjednávání je proces, v němž se v postupných krocích sleduje dosažení vlastního cíle. V praxi jde o strategické jednání směřující ke změně počátečních rozdílných stanovisek (rozdílných názorů a zájmů) a překonání překážek plynoucích z této rozdílnosti pomocí vzájemné výměny informací (seznámení se stanovisky a požadavky obou stran) všude tam, kde nerozhoduje autoritativní moc. Jde tedy o typický nástroj pro nalézání řešení v demokratických poměrech.

<sup>34</sup>) Dále viz Příloha 1 – „Asertivní techniky“

Ve vyjednávání se v obecném smyslu zpravidla uplatňuje *snaha o přesvědčení jedné strany druhou* o vhodnosti přijmout její stanovisko, případně snaha o nalezení vhodného kompromisu. Přitom je třeba vedle sporných bodů nacházet i oblasti, v nichž existuje nebo je možná shoda alespoň v některých aspektech problému. Postupné nacházení různých méně vyhocených pohledů na původně sporné otázky je cestou k nalezení východiska.

### **Vyjednávací strategie**

Při vyjednávání lze zaujmout dvě zásadně odlišné strategie:

1. *Konkurenční (kompetiční)*, která je založena na vyhrocování, konfrontaci, soutěžení – každá strana prosazuje své zájmy a stanoviska bez většího ohledu na stranu druhou, zúčastnění se nevyhýbají konfliktnímu vyhrocení, nezřídka vnímají dosažení svého jako úspěch. Tento druh vyjednávání vede často k závěru, který není oboustranně výhodný (strategie win-loss, výhra-prohra).
2. *Spolupracující (kooperativní)* spočívající ve snaze účastníků o nalezení co nejlepšího řešení pro obě strany (strategie win-win; výhra-výhra). Zúčastnění jsou otevření názorům ostatních, jednájí slušně, směřují k dohodě, kompromisu.

Zkuste si jako simulační hru oba způsoby vyjednávání mezi družinami v nějaké reálné záležitosti týkající se celého oddílu (například údržba táborového inventáře, zajištění hospodaření oddílu, rozhodnutí o tom, kde budeme příští prázdniny tábořit, kam pojedeme na jarní prázdniny, kam ponese Betlémské světlo atd.).

Z hlediska smyslu kamarádské či vnitrooddílové komunikace je zaujímání konkurenčního vyjednávacího postoje prakticky vždy škodlivé. I když je možné dosáhnou tím krátkodobě nějaké výhody, půjde vždy o *výhodu na úkor* někoho jiného a v rámci společenství bude tedy působit destruktivně. Spolupracující vyjednávací strategie neznamená „nechat si všechno líbit“ či „nechat se druhými oškubat“, ale důsledně vycházet z toho, že trvalý užitek mají jen řešení, jež jsou prospěšná všem.

### **Diskuse**

Nějakou dobu (ne příliš dlouhou) po Listopadu 1989 byla značně rozšířená představa, že se konečně začne o všem pořádně diskutovat. Že po desetiletích strávených ve společnosti, která každou diskusi pokládala minimálně za podezřelou, se budou konečně moci prosadit názory opřené o racionální argumenty a ne o konexe a stranicovou legitimaci. Jenže záhy se ukázalo, jak naivní to byla představa. Lidé, kteří vyrostli v prostředí, kde se žádná pořádná diskuse nevedla, ve chvíli, kdy by se měla konečně začít vést, si počínali spíš jako zápasníci ve volném stylu než solidní diskutéři. V té nejhorší podobě to můžeš dnes vidět na internetových debatách a často i v tom, jak vypadá dnes u nás veřejná rozprava. Když si chce člověk udělat představu o tom, jak se rozhodně diskutovat nemá, stačí si pustit rozpravu v naší Poslanecké sněmovně. Zkrátka naděje na to, že naše „demokracie bude diskuse“ (jak o demokracii smýšlel T. G. Masaryk), zhasla velmi brzy.

To ale neznamená, že aspoň někde se poctivě debatě dařit nemůže. Mezi námi skauty by to mělo být pravidlem. Vycházíme totiž ze společných principů a uznáváme hodnotu každého člověka. To jsou základní předpoklady k tomu, aby se debata dařila (srovnej si to ostatně s tím, za jakých okolností se dá dobře řešit konflikt, protože skutečná debata je právě pokusem o takové řešení cestou racionální argumentace). Následující tabulku byste si mohli vyvěsit třeba i v klubovně:



## CO DISKUSI NIČÍ?

Chyby v řízení moderátora	Chyby v postojích účastníků	Komunikační chyby účastníků
Vedoucí skupinu nutí k práci silou	Řečník mluví jen o sobě a o svých potřebách	Družná zábava s přítelem, když ostatní pracují
Apriorní zamítání návrhů ostatních	Přílišná samolibost	Sarkastické poznámky
Náhlé změny tématu	Apriorní kritické posuzování názorů či činnosti ostatních	Nezdůvodněné či předčasné generalizace
	Zesměšňování návrhů ostatních	Černý humor
	Konfrontační taktika	Útoky na ostatní
	Přehnaný zájem o druhé, který může působit jako vlezlost	Skákání do řeči

### Přijetí kompromisu

Se slovem „kompromis“ bývá spojováno skoro vždycky něco špatného – *špinavý kompromis, zbabělý kompromis, účelový kompromis*. To je ovšem vůči kompromisu nepravdivé: jako možnost racionálního sblížení protichůdných stanovisek představuje důležitou asertivní dovednost při řešení konfliktů i v pracovních a mimopracovních kontaktech. Jeho přijetí znamená pozorné vyslechnutí argumentů protistrany, věcné přednesení vlastních argumentů oproštěné od všech osobních invektiv a dalších poznámek, které mohou působit na protistranu negativně. Mnohdy je účelné ochotu ke kompromisu vyjádřit předem bez kladení zvláštních podmínek a požadavků pro jednání. Dále je důležitá snaha o hledání společných znaků původně protikladných postojů a snaha nevyhrocovat rozpory během celého jednání.

Jsou samozřejmě záležitosti, kde se kompromis udělat nedá – například v tom, jestli se jako skauti přihlásíme ke třem skautským principům, nebo ne. Ale v drtivé většině situací, kde se střetnou různá hlediska, zájmy či potřeby, tak vyhraněné věc nestojí. A tam je rozumný kompromis skoro vždy jediným řešením jako alternativa k eskalování konfliktu a vytváření těžko překročitelných propastí.

## POHLED NA JEDNOTLIVÉ VÝCHOVNÉ KATEGORIE

Narůstání kompetencí v oblasti komunikace jde ruku v ruce s celkovým rozvojem schopností vytvářet vztahy. V každém věku je proto důležité podporovat, aby jakákoliv komunikace vycházela z dobrého vztahového základu důvěry, která umožňuje upřímnost i co nejlepší porozumění.

Jelikož dnes jsou mnohé děti „odkojené“ klipovitými televizními seriály, mívají značně chudou zásobu výrazových prostředků – zejména verbálních, ale mnohdy i těch neverbálních, přiměřených jejich věku (zatímco někdy ovládají grify mediálních hvězd). Ukazuje se, že významnou podporou dobrého rozvoje komunikačních dovedností je četba a vyprávění. Věnujte tomu v oddílu dobrou pozornost. Jednak při výběru kvalitních knih a příběhů lze zprostředkovat dětem hluboké zážitky, jednak se tím významně rozšiřuje jejich komunikační prostor.

A ještě jedno pravidlo pro komunikaci, které je nutné důsledně držet: *Vždycky mluví jen jeden. Nebudeme se překřikovat.* Každý má ovšem nárok na to, aby byl slyšen.

## **Předškoláci**

- ▶ Je schopen několik minut v tichu naslouchat „zvukům okolí“.
- ▶ Je schopen sdělit, o čem byl vyprávěný příběh.

## **Vlčata a světlušky**

- ▶ Neskáče druhým do řeči.
- ▶ Je schopen správně vystihnout kratší sdělení druhého (do 10 minut).
- ▶ Je schopen popsat zvuky po pětiminutovém „naslouchání v tichu“.
- ▶ Je schopen základní empatie.

## **Mladší skauti a skautky**

- ▶ Spolehlivě interpretuje sdělení druhých lidí.
- ▶ Umí navazovat vztahy s lidmi, kteří nepatří do jeho bezprostředního okolí.
- ▶ Dokáže druhé potěšit.
- ▶ Ví, jak čelit nepříjemným lidem.
- ▶ Dokáže popsat komunikační signály.

## **Starší skauti a skautky**

- ▶ Dokáže se s ostatními domluvit na řešení situace.
- ▶ Dokáže zvládnout i nepříjemnou komunikaci v družině.
- ▶ Účastní se opakovaně nějaké aktivity, při níž hraje naslouchání osamělým lidem důležitou roli, a z jejich vyprávění napíše článek.
- ▶ V debatě prokazuje schopnost naslouchat a správně interpretovat stanoviska ostatních.
- ▶ Dokáže komunikační signály základním způsobem interpretovat.

## **Mladší roveři a rangers**

- ▶ Po delším pobytu v samotě dokáže vyjádřit, co mu hlavně sdělují ti, se kterými se potkává (třeba i zprostředkovaně) a oni se na něj obracejí (např. rodiče, prarodiče, sourozenci, malé děti, staří lidé, příslušníci chudých národů, pronásledovaná zvířata, příroda, Bůh atd.).
- ▶ Je schopen efektivně moderovat debatu.

## **Starší roveři a rangers (dospělí)**

- ▶ Umí přijmout i poskytnout kritiku.
- ▶ Dokáže rozpoznat manipulaci a účinně se jí bránit (i bránit před ní druhé).
- ▶ Prezentuje před vrstevníky umělecké pásmo, které zve k naslouchání, a posléze o něm moderuje review.

## KONKRÉTNÍ AKTIVITY STEZKY

### Naslouchání, pozornost



- ▶ Spolu s rádcem/rádkyní (vůdcem/vůdkyní, rodičem) si pro sebe vymyslím trénink pozornosti a naslouchání.

**Smysl aktivity:** Uvědomit si a zažít, jak jsou pozornost a naslouchání důležité a že kvůli nepozornosti a nenaslouchání dochází k nepochopení, nepochopení a konfliktům. Sebepoznání a cílené sebezdokonalování v této oblasti.

**Vhodná forma plnění:** Přípravou mohou být hry na udržení pozornosti. Je možné trénovat např. pomocí aktivity *Vnitřní sluch*<sup>35</sup>.

#### Vnitřní sluch

Při této aktivitě se cvičíme vleže nebo vsedě se zavřenýma očima a v uvolněném stavu v zachycování zvuků z okolí nebo ze svého těla. Sluch zaměříme na zvuky blízké i vzdálené. Nejprve pomalu nadechujeme a poté silně vyfukujeme vzduch (jako bychom chtěli, aby obletěl celou zeměkouli, jako bychom jej chtěli poslat na konec světa). Přitom dáváme minutu pozor na zvuky, které vznikají v našem těle (kručení v žaludku, tlukot srdce, šum). Potom dáváme pozor na zvuky a tóny vně těla, zapamatujeme si, co slyšíme. Poté může vedoucí aktivity na některý zvuk zaměřit pozornost všech: „Poslouchej, jak v dálce jede vlak.“ Nakonec otevřeme oči a protáhneme se. Vedoucí se ptá: Poslouchal jsi jinak, než jak to děláš obvykle? Dokázal jsi nevnímat zvuky z okolí a naslouchat jen vlastnímu tělu? Jaké zvuky z okolí jsi uslyšel nejdřív? Dokázal jsi zaslechnout tiché zvuky z okolí, kterých si jinak nepovšimneš? Dokázal jsi pak zase „přeřadit“ a všimnout si pouze zvuků svého těla? Následuje vyhodnocení: Jak slyšíš, když jsi svěží, jak slyšíš, když jsi unavený? Co pro tebe bylo těžké? Všimáš si někdy zvuků, které vydává tvé tělo?



- ▶ Alespoň hodinu budu nerušeně pozorovat dění ve svém okolí (např. na nádraží, na náměstí, v obchodním centru) a o svém pozorování si průběžně udělám zápisky. Ty potom využiji při vyprávění o své zkušenosti.

**Smysl aktivity:** Trénink soustředění a pozornosti. Všimnout si, co se děje kolem, jak se k sobě chovají známí i neznámí lidé, učit se nebýt k tomu lhostejný. Všímaví lidé mohou často zabránit nepravostem, poskytnout pomoc nebo podat důležité svědectví.

**Vhodná forma plnění:** Hra na zvěda: pozorovat tak, abych byl sám nenápadný a přitom co nejlépe získával informace o okolí. Další možností je využití zápisků k přípravě zvukové („rozhlasové“) reportáže, kterou lze následně prezentovat na schůzce nebo na webu.



- ▶ Pokusím se zjistit, v jakých situacích nejčastěji špatně chápu druhé lidi (kamarády, rodiče, rádce/rádkyně, učitele apod.), a čím je to způsobené. O svém zjištění si promluví s vůdcem/vůdkyní nebo jiným dospělým, kterému důvěřuji.

35) VOPEL, Klaus W. *Skupinové hry pro život*. Praha, Portál, 2010.

**Smysl aktivity:** Uvědomit si příčiny nepochopení, které mohou být ve mně samotném stejně tak jako v mém protějšku. Pravděpodobně opakovaně zjistím, že problém je v nedostatku pozornosti a ve špatném naslouchání druhým. To má konkrétní příčiny: spěch, strach, rychlou a nesrozumitelnou mluvu, hluk v okolí, obavu zeptat se, když nerozumím, apod. Z rozhovoru s dospělým by mělo vyplynout, že jsou dítěti tyto příčiny už známy a že chápe, jak se takovým situacím vyhnout nebo je napravit (třeba se znovu zeptat).

**Vhodná forma plnění:** Jako příprava může sloužit modelová scénka nedorozumění či nepochopení. Ostatní určují, kde je chyba v komunikaci, proč došlo k nepochopení. Může se jednat o naprosto kratinké minutové scénky (drmolení, tichá mluva, parazitická slůvka, gestikulace a mimika, která odpoutává pozornost, nepozornost – zaobírání se něčím jiným, sluchátka v uších, ...). I v případě plnění této aktivity může dobře posloužit tabulka, kde bude pojmenování situace (hádky s kamarádem, protože jsem přišel pozdě) a příčina (špatně jsem mu rozuměl, protože jsem byl nepozorný a on mluvil rychle).

- Vyber si jednoho člověka, se kterým se často vídám, a při pěti setkáních se mu budu snažit pořádně naslouchat. Po skončení sepišu, co jsem během té doby o něm i o sobě zjistil/a.



**Smysl aktivity:** Konkrétní trénink naslouchání a zjištění, jak moje představy o vlastní schopnosti naslouchat druhým odpovídají realitě. Vyvodit z toho pro sebe závěry.

**Vhodná forma plnění:** Průpravou může být nějaká aktivita zaměřená na pozornost a naslouchání, například poslech příběhu a jeho následná reprodukce nebo odpovědi na konkrétní otázky, které se k příběhu vztahují. U plnění vlastní aktivity je důležité důsledně a včas si zapisovat pozorovaná zjištění (nejdříve mi dělalo velkou potíž se soustředit, rozptylovalo mě, jak neustále používá slova „prostě“ a „jakoby“, upoutalo mě jeho barvitě vyprávění, měl příjemný hlas, apod.).

### Představení kamaráda<sup>36</sup>

Hráči se rozdělí do dvojic, které se odeberou na místo, kde nebudou druhými rušeni. Tam si něco podstatného vzájemně svěří – několik informací o sobě. To může podle vyspělosti hráčů být ponecháno zcela na jejich volbě, nebo jim to může vedoucí hry napovědět několika různými příklady (co dělají rádi, když jsou doma, jak to vypadá mezi nimi a sourozenci, zač bývají nejčastěji chváleni maminkou či naopak káráni, z čeho mají ve škole největší strach atd.). Poté se všichni sejdou, posadí se do kruhu a postupně každý představuje svého „partnera“. Nikdo nic neopravuje, všichni pozorně poslouchají. Představení by mělo trvat mezi minutou až třemi minutami (u nejvyspělejších). Když je kruh dokončen, vyjádří každý svou spokojenost s přednesenou charakteristikou tak, že před sebe nastaví svou pravou ruku podle toho, zda: je nespokojen – míří dolů, docela spokojen – je vodorovně, velice spokojen – míří nahoru. U vyspělejších hráčů je možno provést krátké review pocitů, které při tom měli – když charakteristiku druhého přednášeli, i když pak svou vlastní slyšeli.


- Během tří oddílových akcí (alespoň jedna bude výprava) si budu pečlivě všimát toho, jakou náladu mají členové mojí družiny, a po skončení se jich zeptám, jestli jsem pozoroval/a správně.



36) Podle LENZ, Ladislav a Olga KRÍŽOVÁ. *Etická výchova* I. Praha: Luxpress, 2000, s. 158.

**Smysl aktivity:** Všimát si druhých, zjišťovat, jak se nálada členů skupiny projevuje. Vnímat vnitřní stav druhých prostřednictvím jejich neverbální komunikace (výraz tváře, držení těla, gesta, kopání do kamínků, opoždování se za skupinou, nebo naopak chůze v houfu apod.).

**Vhodná forma plnění:** Vyplyvá ze zadání. Bude prakticky nezbytné svá pozorování i vlastní hodnocení zapisovat a nespolehat jen na svou paměť. Přípravou může být debata nad fotografiemi lidí s určitým jasným výrazem a gestem.

- 
- ▶ Alespoň tři lidé mi potvrdí mé zlepšení ve schopnosti jim naslouchat a rozumět.

**Smysl aktivity:** Další rozvoj zásadní podmínky kvalitní komunikace a tím i zlepšování vztahů.


**Vhodná forma plnění:** Úkol by měl být plněn v delším časovém období, aby ti, kteří mají potvrdit zlepšení, měli možnost srovnání. Potvrzující osoby by měly být z různého prostředí (škola, rodina, oddíl, kroužek, sportovní klub, farní společenství apod.).

## Neverbální komunikace

- 
- ▶ Na filmových scénkách bez zvuku dokážu určit, jak se lidé na nich cítí nebo jaký mají právě mezi sebou vztah.

**Smysl aktivity:** Učit se pozorovat druhé, dokázat zachytit určité signály, které nejsou vyjádřeny slovy. Uvědomit si, že často právě neverbální projevy určují, jak se lidé cítí – svou roli hrají mimika, gesta, pohledy, blednutí nebo červenání, třes, slzy v očích, jednání (kdo bouchne pěstí do stolu, asi nebude v dobrém rozmaru). Vhodná forma plnění: filmové ukázky, příběhy ze života nebo z literatury.

**Vhodná forma plnění:** Je zřejmá ze zadání. Vhodné mohou být jednak němé filmové grotesky, jednak ukázky ze zvukových filmů, kde zvuk stáhneme.

- 
- ▶ U lidí na obrázku či fotografii dokážu popsat, jak se cítí nebo jaký mají mezi sebou vztah, a zdůvodním proč (z postoje, výrazu tváře...).

**Smysl aktivity:** Dál rozšiřovat schopnost porozumět neverbální komunikaci.

**Vhodná forma plnění:** samotná aktivita s obrázky dle zadání. Je možno přidat motiváční příběh, kdy nonverbální komunikace sehrála důležitou roli. Dobrou formou je i pantomima – vystoupit lze třeba na oddílové besídce. Je dobré udělat si přehled typů neverbální komunikace. Motivací k tomu zabývat se možnostmi a důležitostmi neverbální komunikace může být i následující příběh Helen Kellerové, který ukazuje, co vše se dá takto vyjádřit<sup>37</sup>.

<sup>37)</sup> Podrobnosti viz například JAROŠOVÁ, Jindra. *Via lucis*. Praha: Práh, 2009.

## Příběh Helen Kellerové<sup>38</sup>

Američanka Helen Kellerová (1880–1968) se narodila jako zdravé dítě. V 19 měsících jí ale postihla tehdy neznámá meningitida, která jí připravila o zrak i sluch. Naprosto klíčovou osobou života tehdy sedmileté Helen se stala učitelka Anne Sullivan, která se jí snažila naučit prstovou abecedu. Příliš se jí nedařilo až do dne, kdy Helen přivedla k zahradní pumpě. Na jednu ruku jí pustila proud vody, na druhé jí prstovou abecedou stále dokola hláskovala slovo voda. Když Helen pochopila souvislost, podnítilo to v ní obrovský zájem poznávat okolní svět. Nutila Anne, aby jí do ruky hláskovala názvy všeho, čeho se dotkla. Během několika hodin se tak Helen naučila prvních třicet slov svého života. Díky Anne se Helen také naučila mluvit.

Dalších šest let Helen navštěvovala Perkinsův institut pro nevidomé a od roku 1894 strávila společně s Anne dva roky v New Yorku studiem na dvou různých školách pro neslyšící. Po návratu se zapsala do Cambridgeské dívčí školy a následně na Radcliffovu univerzitu. Zde se setkala se svým velkým obdivovatelem Markem Twainem. Ten ji seznámil s magnátem Standard Oil, Henrym H. Rogersem, který pokryl veškeré výdaje za její studium. Helen Kellerová promovala v roce 1904 na Radcliffově univerzitě a stala se tak ve věku 24 let první osobností v dějinách, která s takovým smyslovým postižením vystudovala univerzitu. Stala se z ní celosvětově uznávaná spisovatelka, která za svůj život napsala dvanáct knih. Helen se naučila kromě latiny a řečtiny také plyně francouzsky a německy. Sledovala dění ve světě, procestovala mnoho zemí a stýkala se se všemi americkými prezidenty, kteří působili v době její tvůrčí činnosti. Pomohla založit Americkou nadaci pro nevidomé se snahou poskytovat lepší životní podmínky pro zrakově postižené. Dorozumívala se nejen dotekovou prstovou abecedou, měla i schopnost číst lidem ze rtů doteky konečky prstů. Tuto ojedinělou metodu, nazývanou Tadoma, tehdy ovládalo jen několik málo lidí na světě. Při užití této metody má hluchoslepý svou ruku položenou na tváři mluvčího tak, aby malíčkem vnímal vibrace hrdla, palcem pohyby rtů a ostatními prsty tvář. Přes absolutní ztrátu sluchu i zraku byla Helen Kellerová také nadšenou posluchačkou hudby, kterou vnímala celým povrchem těla.

- ▶ S družinou předvedeme pomoci pantomimy aspoň 8 citů a pocitů, které ostatní musí poznat.



**Smysl aktivity:** Další rozvíjení neverbální komunikace spojené s překonáváním ostychu a tvůrčím objevováním řeči těla.

**Vhodná forma plnění:** Vyplývá ze zadání aktivity. Vhodnou hrou je např. *Non verbum* (viz část „HRY A PROGRAMY“).

- ▶ Dokážu spolehlivě neverbálně předávat někomu dalšímu (např. kamarádovi) instrukci pro splnění nějakého úkolu.



**Smysl aktivity:** Osvojit si účinné používání neverbální komunikace. Taková dovednost může třeba zachránit zdraví nebo i život.

**Vhodná forma plnění:** Motivace: příběh – indiáni, političtí vězni. Sehrání modelové situace (zabránění kriminálnímu činu, varování před přírodním živlem, situace při pozorování zvířat ve volné přírodě).

## Vyjadřování, vysvětlování, diskuse

- ▶ Vymyslím pro oddíl nebo družinu aktivitu, při níž by se procvičila schopnost dobře se vyjadřovat.




38) [http://cs.wikipedia.org/wiki/Helen\\_Kellerová](http://cs.wikipedia.org/wiki/Helen_Kellerová).

**Smysl aktivity:** Uvědomit si, že správné vyjadřování je jednou ze základních podmínek dobré komunikace. Zjistit, kde mám své silné a slabé stránky ve vyjadřování. Přitom by tady už nemělo jít o jednodušší hříčky, ale o složitější situaci, kdy se musí projevit schopnost komunikativně řešit nějakou situaci (nejlépe vyžadující komunikaci s naprosto neznámými lidmi).

**Vhodná forma plnění:** Rétorické hry a cvičení včetně natáčení na diktafon či video. Další možností je využít dobu tábora nebo výpravy: třeba zjistit něco zajímavého o obci, kterou procházíme, od pěti obyvatel; nebo od nich něco získat, pro ně něco udělat (uklidit dřevo, složit uhlí, odházet sníž, vyhrabat listí, ...). Plnit úkoly potřebné k chodu střediska: zajistit pomocníky z řad rodičů pro akci střediska. Dát si schůzku s ředitelem školy a zařídit školní tělocvičnu pro mezidružinový turnaj.


### Rétorické zrcadlo<sup>39</sup>

Aktivita vhodná pro družinu, důležitou pomůckou je časomíra (ideálně nástěnné hodiny se vteřinovou, na které všichni dobře vidí, jinak čas hlídá vedoucí aktivity). Rozvíjí schopnost účinného a pěkného vyjadřování. Může být prezentován vlastní názor na dané téma, provedena malá přednáška či vyprávění příběhu. Časový limit pro řečníka je dle domluvy 3 až 5 minut. Ostatní členové skupiny pozorně poslouchají a posléze řečníkovi poskytují co nejkonkrétnější zpětnou vazbu, a to jak z hlediska obsahu (terminologie, neodbíhání od tématu, pochopení tématu řečníkem), tak i formy jeho vystoupení (srozumitelnost, rychlost, hlasitost, melodie řeči, parazitická slova, plynulost, výraz obličeje, gesta, oční kontakt apod.). Důležité je, aby se soustředili nejen na záporné, ale spíše na kladné stránky projevu. Důležitá je citlivost, nezesměšňování řečníka. Každý posuzovatel má časový limit (např. 1,5 minuty). V pozici řečníka se postupně vystřídají všichni členové skupiny, pořadí posuzovatelů se také mění tak, aby vždy začínal někdo jiný.

- 
- ▶ Alespoň pětkrát vysvětlím své družině nebo oddílu hru nebo předám někomu instrukce tak, aby to bylo srozumitelné a vše proběhlo tak, jak má.

**Smysl plnění:** Uvědomit si, že vhodně volené výrazové a stylistické prostředky (tedy co, jak a v jakém pořadí říkat) hrají v tomto případě důležitou roli. Naučit se vysvětlovat jasně, stručně, výstižně a se správným postupem. Děti si také prakticky vyzkouší to, co probírají ve škole (popis) a poznají, že škola učí také pro život. Dobrat se zjištění, že to, čemu sám rozumím, nemusím ještě umět správně vysvětlit. Zjistit, proč tomu tak je, a pracovat na nápravě.

**Vhodná forma plnění:** Uplatnění znalostí školního učiva (sloh, popis) i zkušeností z oddílového života. Debata nad tím, co nejvíce brání pochopení pravidel nebo instrukcí, definování typických chyb. Vhodná přípravná aktivita – hra: popletené instrukce – papírky s pomíchanými částmi instrukcí, v družstvech seřadit co nejrychleji tak, jak jdou správně za sebou. Variace: vyřadit pokyny, které ve skutečnosti do daného vysvětlování nepatří.

- 
- ▶ Dokážu oddílu stručně a srozumitelně vysvětlovat pravidla náročnějších her (např. pravidla s velkým množstvím výjimek, speciálních situací, se složitějším bodovacím systémem...).

39) Tradiční cvičení z rétoriky používané například na VLK a ILŠ Gemini (doplněné většinou i videonahrávkou).

**Smysl aktivity:** Osvojit si schopnost logicky a srozumitelně členit svůj mluvený projev tak, aby ostatním bylo usnadněno pochopení toho, oč se jedná. Učit se při tom brát na vědomí vnější (hluk, prostor, počet účastníků, počasí apod.) i vnitřní (soustředěnost, ochotu se tomu věnovat, kondici – jak u účastníků, tak u řečníka) podmínky konkrétní komunikační situace.

**Vhodná forma plnění:** Vyzkoušet na nové, neznámé hře.

- Zlepším se v tom, abych druhým neskákal/a do řeči, což mi aspoň tři lidé potvrdí.



**Smysl aktivity:** Učit se základním pravidlům komunikace a diskuse. Uvědomit si nešvar skákání do řeči, který je dnes velmi častý. Vědět, že se musím naučit nejen prosazovat, ale taky (a mnohdy především) poslouchat druhé. Aby bylo možné s druhými komunikovat, musím vnímat, co mi říkají.

**Vhodná forma plnění:** Je jasná ze zadání. Splnění může být doloženo například písemným vyjádřením potvrzujících. Přípravou může být debata v družině, její nahrávka a rozbor.

- Připravím pro družinu nebo oddíl program o pravidlech civilizované diskuse.



**Smysl aktivity:** Uvědomit si, že diskuse nemůže probíhat živelně, ale že se řídí určitými pravidly a že pro ni mají být vytvořeny určité podmínky. Pochopit, že velmi důležitou podmínkou efektivity diskuse je vytvoření důvěrného ovzduší, jinak se účastníci diskuse nebudou se svými názory svěřovat.

**Vhodná forma plnění:** Prezentace, debata, filmové ukázky.

#### Základní pravidla diskuse<sup>40</sup>

- Tvůj oponent není nepřítel, ale partner při hledání pravdy.
- Cílem diskuse je hledání faktu, ne soutěžení.
- Snaž se druhého pochopit, pokud se ti to nepodaří, nemůžeš jeho výrok vyvrátit ani uznat.
- Tvrzení bez věcných důkazů není argument, jde jen o tvůj názor.
- Drž se zvoleného tématu a neodváděj diskusi jinam.
- Nechtěj mít za každou cenu poslední slovo.
- Počet slov nenahradí argument, „překřičení“ oponenta neznamená vyvrácení jeho argumentů.
- Neurážej oponenta, pokud to uděláš, ztrácíš právo účastnit se diskuse.
- Diskuse vyžaduje dodržení disciplíny.
- Svá tvrzení a úsudky formuluj klidně, vážně a srozumitelně.
- Všichni mají právo vyjádřit své myšlenky.
- Buď k ostatním ohleduplný a mluv stručně a k věci.

- Alespoň při dvou diskusích v rámci oddílu budu působit jako moderátor, který diskusi řídí.



**Smysl aktivity:** Zkusit si prožít roli moderátora, poznat, co to obnáší „ukočírovat“ diskusi, zvládnout diskutující, aby se drželi tématu, aby se nepřekřikovali apod.

40) Převzato z prezentace na [www.uniedu.vutbr.cz](http://www.uniedu.vutbr.cz)



**Vhodná forma plnění:** Průpravou je zjištění pravidel správného moderování (znalost tématu, správné časové rozvržení, znalost diskutujících, předvídání možných konfliktů, schopnost se prosadit a do diskuse nesmlouvavě zasáhnout, pokud někdo porušuje základní pravidla). Dobrou volbou může být hra na některý televizní diskusní pořad (*Otázky Jirky Nováka podle Otázek Václava Moravce*).



- ▶ Vymyslím si cestu, jak se dál zlepšovat ve schopnosti zdůvodňovat svoje názory a předkládat je tak, aby jim druzí mohli dobře rozumět.

**Smysl aktivity:** Co neobjektivněji vyhodnotit svou vlastní schopnost argumentace. Vědět, kde hledat argumenty a správně je předkládat (srozumitelnost, přijatelnost, přesvědčivost). Argument má totiž cenu jen tehdy, uznají-li jej ostatní. Někdy je argumentace docela jednoduchá, např. na výpravě: půjdeme tudy, protože je to sice delší, ale méně namáhavé... nebo je to kratší... to se dá dokázat mapou... vlastní zkušeností. Jindy je třeba najít argumenty v literatuře nebo mít potřebné vědomosti, kontakty a zdroje (řešení otázek v ochraně přírody, při pomoci potřebným, při řešení morálních otázek). Neprosazovat se v diskusi, když argumenty nemám, ale zkoumat pozorně argumenty těch druhých.

**Vhodná forma plnění:** Práce se zdroji a s argumenty. Konkrétně je možné aktivitu splnit tak, že vedoucí zadá zájemcům o tuto aktivitu vypracování návrhu na řešení stejného problému se zdůvodněním řešení (plán cesty, rozmístění táborových staveb, způsob péče o klubovnu, zajištění inventáře, návrh rozpočtu, řešení pozdních příchoďů na akce apod.) Následovat by měla prezentace a diskuse.



- ▶ Alespoň ve třech diskusích v rámci oddílu dokážu srozumitelně zdůvodnit svůj názor na určitou věc, nebo mi vůdce/vůdkyně (učitel) potvrdí, že jsem se v tom za poslední dva měsíce zlepšil.

**Smysl aktivity:** Prakticky dokázat, že se umím zúčastnit diskuse, vědět, že neuspěji s křikem, skákáním do řeči, vyjadřováním pocitů, ale s věcnými argumenty, které se naučím vyhledávat z důvěryhodných zdrojů a v diskusi využívat.

**Vhodná forma plnění:** Vyplývá přímo ze zadání. Přípravou k tomu je jakákoliv kvalitní diskuse, případně rozbor diskuse nekvalitní (typicky internetové diskuse).

## Komunikace v cizím jazyce



- ▶ Svou schopnost komunikace v cizím jazyce prokážu tak, že vysvětlím správně cestu cizinci, který zabloudil, tak, aby to pochopil, nebo si dokážu v cizím jazyce zjistit informaci, kterou potřebuji.
- ▶ Svou schopnost komunikovat v cizím jazyce prokážu tak, že dobře zvládnu roli tlumočnicka (například na zahraničním pobytu).

**Smysl aktivity:** Rozvíjet schopnost komunikace v cizím jazyce, uvědomit si, že jazyk se neučím pro školu, ale pro vlastní život a navazování dalších kamarádství a přátelství, později také pro lepší studijní a pracovní možnosti.

**Vhodná forma plnění:** Je jasná ze zadání. Průpravou může být drobný jazykový test, řešení modelové situace (cizinec mezi námi), jednoduchý popis obrázku v cizím jazyce, skládání rozstříhaného cizojazyčného textu v družstvech na čas apod.

V dnešní době není problém seznámit se s vrstevníkem – cizincem třeba na studentském výměnném pobytu, na dovolené nebo na mezinárodním táboře.

## Náročná komunikační situace

- ▶ Zeptám se jednoho z rodičů, kamaráda a vůdce/vůdkyně oddílu, co se jim na mém jednání líbí a co naopak ne. O tom, co mi řeknou, budu přemýšlet.



**Smysl aktivity:** Dokázat jít za konkrétním blízkým člověkem a požádat jej slušně o odpověď na otázku ze zadání. Je to možná první soustavnější zamyšlení dítěte nad jeho vlastním jednáním. Bude potěšeno, když jeho blízcí vyzvednou jeho kladné stránky, bude je to motivovat, aby dobré chování posilovalo. Pravděpodobně zjistí, že to, co se na jeho jednání líbí/nelíbí rodiči, kamarádovi, vůdci/vůdkyni, je stejná nebo velmi podobná věc. Dítě by mělo dostat chuť kvůli svým blízkým změnit to nepěkné a rozvíjet to, co na něm druzí mají rádi.

**Vhodná forma plnění:** Vyplývá bezprostředně ze zadání. Výsledek aktivity je možné zjistit prakticky jen rozhovorem s dítětem (případně si ověřit u některého z dotazovaných lidí).

- ▶ Vůdce/vůdkyně a jeden další člověk mi potvrdí, že když někomu ublížím, dokážu se omluvit.



**Smysl plnění:** Umět se omluvit (což ale znamená především vnitřně uznat svoje pochybení). Uvědomit si, že omluva, pokud je míněna upřímně, hodně zmůže. Druhý člověk nám často odpustí, omluvu přijme. Jde nejen o umění samotné omluvy, která dnes mnohým dětem (ale i dospělým) nejde z pusy, ale právě i o zažití odpuštění, nápravy pošramoceného vztahu.

**Vhodná forma plnění:** Znat potřebnou kouzelnou formulku bývá u dětí často ten hlavní problém a kupodivu jedna z hlavních překážek, proč se neomlout. Na schůzce je možné připravit modelové situace i s oněmi kouzelnými větami. Vyvarovat se té nic neříkající: Já jsem nechtěl! Spíš se naučit říct: Prosím tě, odpusť mi. Mrzí mě, co se stalo. Je mi to líto.

- ▶ Pokusím se zjistit, kvůli čemu nejčastěji dochází v mém okolí (v družině, u nás doma nebo ve třídě) ke konfliktům, a o svém zjištění si promluvím s vůdcem/vůdkyní nebo jiným dospělým, kterému důvěřuji.



**Smysl aktivity:** Zjistit příčiny konfliktů, uvědomit si, že konflikty vznikají nejčastěji z nedorozumění a neporozumění (rozdílné chápání určitých slov, různé myšlenkové pochody, rozdílné předpoklady – např. o znalosti nějaké informace nebo o zkušenosti s něčím). Dalším zdrojem je pomluva. Konflikty jsme se už zabývali v souvislosti

s tím, že nabourávají vztahy. Teď jde ale hlavně o odpověď na otázku, proč dochází ke konfliktu a jak mu předejít.

**Vhodná forma plnění:** Vytvoření tabulky: typ konfliktu (hádky, rvačka, nemluvení spolu, odmítnutí poslušnosti, ...), příčin (nedorozumění, pomluva, nepozornost, spěch, špatný vztah, ...). Dítě si do tabulky zaznamenává konflikty vlastní i druhých, jichž se účastní. Výsledek může předložit na družinové nebo oddílové akci, v následné debatě mohou kamarádi navrhnout způsoby předcházení konfliktu nebo jeho řešení.

#### **Pomluva<sup>41</sup>**

„Neuznávám spravedlnost. Nezabývám, jen mrzáčím. Lámu srdce a ničím životy. Jsem mazaná. Zlomyslná a s věkem sílím. Čím víc mne cítují, tím víc mi věří. Daří se mi ve všech vrstvách společnosti. Mé oběti jsou bezmocné. Nemohou se proti mně bránit, protože nemám tvář ani jméno. Není možné mne vystopovat, čím víc se o to kdo snaží, o to víc unikám. S nikým se nepřátelím. Pokud jednou někomu poskvrním pověst, nikdy se neočistí. Svrhávám vlády a rozvracím manželství. Bojím kariéry a přináším bezesné noci, zármutek, trápení. Kvůli mně nevinní lidé pláčou do polštáře. Tvořím novinové titulky a působím bolest srdcím. Říkají mi .....“  
(Brian Cavanaugh: Kolik váží sněhová vločka)

- ▶ Pokusím se vymyslet, jak bych mohl pomoci řešení konfliktů, ke kterým nejčastěji dochází v mém okolí (v družině, u nás doma nebo ve třídě), a o svém návrhu si promluví s vůdcem/vůdkyní nebo jiným dospělým, kterému důvěřuji.

**Smysl aktivity:** Uvědomit si jednak, o jaké konflikty nejčastěji jde, a jednak promyslet, co pozitivního bych v tom mohl udělat já sám. Role může být pasivní (zejména pokud zjistím, že ke konfliktům výrazně přispívám např. svou hádavostí), nebo aktivní – uklidňující, smířující.

**Vhodná forma plnění:** Rozvíjí předchozí aktivitu a posouvá ji k aktivní roli samotného dítěte.

- ▶ Dokážu na různých situacích z filmu nebo knížky ukázat, kdo a jak si tam počínal vhodně z hlediska správné komunikace, a kdo se naopak proti nim proviňoval.

**Smysl aktivity:** Pochopit pravidla správné komunikace a umět je aplikovat na konkrétní případy zejména z hlediska příčin a důsledků.

**Vhodná forma plnění:** Uspořádání filmového nebo literárního odpoledne s ukázkami komunikačně náročných situací a jejich následným rozбором.

- ▶ Pokusím se alespoň po dva měsíce aktivně přispívat k řešení konfliktů, ke kterým nejčastěji dochází v mém okolí (v družině, u nás doma nebo ve třídě), a o výsledku si promluví s vůdcem/vůdkyní nebo jiným dospělým, kterému důvěřuji.

**Smysl aktivity:** Aktivním přístupem k řešení konfliktů zlepšovat vztahy v okolí. Zažít, že už v tomto věku lze podstatně pomáhat ostatním – včetně dospělých.

41) Nováková, Marie a kol. *Učíme etickou výchovu*. Praha: Etické fórum ČR o.s., 2006.

**Vhodná forma plnění:** Jelikož jde o dost dlouhou dobu, je důležité, aby během ní dostával dotyčný dospívající podporu. Je totiž skoro jisté, že se mu nebude mnohdy dařit při napomáhání úspěšného řešení konfliktů – a to často kvůli tomu, že ho budou ostatní podceňovat. Navíc se snadno může dát do konfliktu zatahnout, i když jej chtěl řešit.


### Konflikt mezi Pravdou a Láskou

Při povrchním pohledu by se mohlo zdát, že k něčemu takovému snad ani dojít nemůže. Jenomže ve skutečnosti je to situace, která se nikomu nevyhne – a je to zpravidla ten nejtěžší druh konfliktu, který člověku doslova „trhá srdce“. Vezměte si modelově případ otce, který vidí, že se někomu v jeho zaměstnání děje nějaká křivda či nespravedlnost nebo že se tam děje něco nezákonného. Současně ale ví, že pokud se dotyčného zastane nebo poukáže na nezákonné jednání, téměř jistě přijde o zaměstnání a tím i o možnost uživit rodinu, kde jsou tři nezletilá děti a manželka na mateřské dovolené. Situace dnes naprosto reálná (podobně – jen v jisté modifikaci – byla reálná i před rokem 1989). Jak v této situaci jednat? Co dotyčnému poradíte?

Zažili jste nějakou podobnou situaci? Co třeba v oddíle? Jak byste zvládli situaci, kdy vidíte, že nějaký skaut či skautka, kterým se zpravidla moc nedaří, nikdy nic nevyhrají, najednou nějakou hru vyhraje, jenomže vy si všimnete, že toho dosáhl nějakým lehkým podvodem (třebas nepřiznal dotyk, otevřel na chvíli oko atd.). Co teď?

### Konflikt mezi potřebou jedince a společenství

I tohle jistě znáte z oddílového života: rozdělují se hráči do družstev a je tam zpravidla několik takových, kteří v dané hře nijak nevynikají, naopak – bývají většinou příčinou porážky svého mužstva. Komu je přidělíte? Jak budete motivovat ostatní členy družstva, aby je nejen „snášeli“, ale snažili se je co nejlépe zapojit – i s rizikem, že na to jako mužstvo doplatí? Jaké další podobné situace znáte? A jak byste je řešili – případně jak jste je řešili a co si o tom nyní myslíte?

- 
- ▶ Absolvuji v oddíle program zaměřený na pravidla mezilidské komunikace a do zápisníku si napíšu své vlastní komunikační desatero.

**Smysl plnění:** Poznat a přijmout dobrovolně za své určité komunikační zásady a řídit se jimi v běžném životě – doma, ve škole, v oddíle i v kontaktu s cizími lidmi.

**Vhodná forma plnění:** Program připraví vedoucí, je možno využít formu přednášky s prezentací, audio – či videozáznamů, příkladů ze života, dramatizace modelových situací. Vlastní komunikační desatero je dobré probrat s dospělým, případně se o ně podělit s ostatními – vyvěsit na nástěnce v klubovně, publikovat v oddílovém časopise či na webu, uspořádat na toto téma debatu (třeba i internetovou).

### Příklad osobního komunikačního desatera

1. Mluví pouze jeden – neskáču do řeči.
2. Používám celé věty.
3. Mluvím dostatečně hlasitě.
4. Víím, co chci říct.
5. Dívám se na toho, s kým hovořím.
6. Naslouchám druhému.
7. Nebojím se zeptat, když nerozumím, co mi druhý říká.
8. Pozdravím, poprosím, poděkuji.
9. Tvářím se vstřícně, případně se usmívám.
10. Kamarády oslovuji křestním jménem.



## C.4 – Pomoc druhým



### Výchovné cíle

- ▶ Dokáže rozeznávat potřeby druhých lidí.
- ▶ Chce druhým lidem pomáhat.
- ▶ Dokáže reálně hodnotit svoje možnosti pro pomoc druhým.
- ▶ O pomoci druhým lidem uvažuje z hlediska osobního i globálního.
- ▶ Dokáže pomáhat v náročných situacích.

*Vím, jaké to je, mít problémy, cítit se sám/a a potřebovat něčí radu a pomoc. Kolem nás je spousta lidí, kteří potřebují pomoc. I mou pomoc. Proto je důležité, abych dokázal/a poznat, když někdo moji pomoc potřebuje, a abych mu také opravdu pomoci dokázal/a.*

Cesta Země + Cesta Vody

*Jeden z nejvýznamnějších Čechů v historii a velký podporovatel skautů – Tomáš G. Masaryk – napsal: Lásku si neřádá nešiků. Dobře tím vyjádřil to, co bych chtěl/a jako skaut/ka ukázat: Máme nejen krásné ideály, ale umíme podle nich i žít. Hlavně praktickou pomocí těm, kteří nás potřebují. O tohle tu totiž jde: Dobře rozeznávat potřeby druhých lidí, správně zhodnotit, jak jim můžeme pomoci, a nakonec tu pomoc skutečně kvalitně poskytnout.*

Cesta Vzduchu + Cesta Ohně

## CO SE DĚJE JEDNOMU, DĚJE SE VŠEM

Mezi tzv. *předchůdci skautingu* se pravidelně uvádí i Jan Ámos Komenský, jehož citát jsme si vzali jako motto k porozumění tomuto poslednímu bodu oblasti *Můj kamarád*. Komenský nebyl jen skvělý pedagog, na něhož navazuje dnešní „prožitková pedagogika“, ale hluboký myslitel, který jako málokdo prožíval a promýšlel situaci lidstva jako celku. Jemu, poslednímu biskupu Jednoty bratrské, takový pohled nutně vyplýval z jasněho vědomí Božího Otcovství, díky němuž jsou všichni lidé spojeni do jedné rodiny. Nám – skautům, žijícím ve službě Pravdě a Lásce – je tento přístup mimořádně blízký. A protože právě jako skauti svou lásku projevujeme především činy, chápeme dobře, že služba druhým je konkrétním výrazem všeobecného bratrství, které je obsahem i 3. a 4. bodu našeho zákona. Roverské heslo „Sloužím“ není vyjádřením toho, že se teprve v tomto věku skauti začínají zabývat službou druhým, nýbrž vyznáním, že vstupem do roverského období se služba druhým stává přímo formou života. Závěrečný bod stezky v oblasti *Můj kamarád* nabízí podporu na cestě, která k tomu opravdu vede.

## METODIKA – ANEB JAK NA TO

### Dokáže rozeznávat potřeby druhých lidí

Správně vyhodnocovat potřeby druhých lidí je náš celoživotní úkol, jemuž se můžeme (a máme) učit téměř od narození. Jeho úspěšné zvládnutí je do značné míry podmínkou celkové úspěšnosti našeho života – zvláště pak skautského. A přitom se jedná o schopnost, která vyrůstá z celé řady dílčích dovedností i postojů. Postojům se budeme věnovat později, teď se podíváme na ty dovednosti:

#### Všímavost

To je jakási „vstupní brána“. Druzí lidé (ale i jiné bytosti a vůbec cokoliv kolem nás) musí být pro nás natolik důležití, abychom jim věnovali patřičnou pozornost. Bez schopnosti soustředit pozornost na druhého tak, aby se pro nás stal skutečně jedinečným partnerem, sotva zjistíme, co potřebuje. Naopak je velmi pravděpodobné, že v takovém případě nás jeho potřeby (ať skutečné či jen domnělé) budou rušit a povede nás to k tomu, abychom se od něj co nejbezpečněji izolovali. A tak musíme rozvíjet dovednost zastavit se (nejen ve fyzickém slova smyslu) a věnovat druhému člověku plnou pozornost. Leccos jsme si k tomu řekli už v souvislosti s oblastí *Kdo jsem*, kde se soustředění věnujeme rozsáhle. A tady – v každodenním kontaktu s druhými lidmi – se tahle naše schopnost skutečného soustředění velice dobře prověřuje.

#### Empatie (vcítění)

O empatii se dnes hodně mluví – jistě i proto, že jí ve skutečnosti je mezi lidmi hodně málo. Většinou lidé cítí jen svoje problémy a pocity jako důležité. I tady platí „Blíží se košile než kabát“. Proč tomu tak je? O tom se dá napsat celá kniha (a skutečně takové i vycházejí), což pochopitelně nebude naše cesta. My ti tady nabídneme jen

tři základní orientační body, které z hlediska našeho výchovného působení jsou při cestě ke skutečné empatii nezbytné:

- ▶ *Nebrat se tak vážně*: nejsme středem světa, ani naše bolesti a trápení zpravidla nejsou těmi největšími a nejdůležitějšími. Mnohem častěji nás sužují a zaměšťňávají představy o našem vlastním trápení než samotná skutečnost toho, co se s námi nebo nám děje. Je prostě potřebné umět svůj život přiměřeně zasadit do souvislosti života druhých i světa jako celku (leccos je pěkně ukázáno v bodu *Propojený svět* z oblasti **Svět okolo nás**).
- ▶ *Uvolnit své nitro (srdce) pro druhé lidi*: Když je člověk „plný“ sám sebe, už se mu do srdce nevejde nikdo jiný. Pokud se nepokládáme za pupek světa, už jsme k uvolnění svého srdce učinili podstatný krok. Teď ještě jde o to, opravdu aktivně vytvořit a hájit ve svém srdci prostor pro druhé.

Velmi často používají lidé – nejspíš ovlivnění filmy pokleslejšího typu – při setkání s utrpením druhých frázi „Je mi to líto“. Co vlastně tahle fráze vypovídá o skutečné empatii? V jednom z těch lepších filmů (jehož název není v tuto chvíli podstatný) hlavní hrdina, dospívající hoch, na tuto frázi odpoví: „Tohle říkají lidé, když nevědí, co by vlastně řekli.“

- ▶ *Unést bolest a trápení druhých*: Tohle je nejtěžší a vyžaduje to skutečnou zralost – včetně pořádného duchovního zakotvení. V souvislosti s pomocí druhým v náročných situacích se tomu budeme věnovat podrobněji.

### **Správné vyhodnocování toho, co nám druzí sdělují**

O tom jsme už pojednali v předchozí kapitole, kdy šlo o *komunikaci*, protože správné vyhodnocování toho, co nám sdělují druzí, je rozhodujícím krokem na cestě za úspěšným zvládnutím komunikace. Tady to připomínáme v souvislosti s pomocí druhým, kdy je používání této kompetence velice časté.

### **Schopnost posoudit situaci druhého v souvislostech**

Skutečně účinná pomoc vyžaduje nejen citlivost pro aktuální stav druhého a správné vyhodnocování toho, co on se nám snaží o své situaci sdělit, ale i schopnost posoudit ji s dostatečným nadhledem. Je ti jistě jasné, že tohle je naprosté mistrovství služby, které vyžaduje schopnost opravdové účasti s druhým (druhými) a současně udržení odstupu, díky němuž se v bolesti a utrpení druhého neztratíme, ale můžeme najít cestu z něj – byť třeba cestu dlouhou a nelehkou.

## **Chce druhým lidem pomáhat**

Nyní tedy vstupujeme do oblasti motivace – a tedy *postojů*. Jakými cestami můžeme posilovat přesvědčení, že druhým lidem je správné pomáhat? Jsou v zásadě tři, přičemž je podstatné, že pro skutečně účinnou podporu motivace ke službě je důležité rozvíjet všechny tři:

## Soucit

Tedy schopnost prožívat bolest druhého jako svou vlastní. Výzkumy z poslední doby ukazují, že už úplně malé děti prožívají nějakým způsobem utrpení jiného dítěte, které je v jejich blízkosti. Jeho nářek u nich vybudí vnitřní odezvu, která je podobná té, jakou reaguje nervový systém dítěte na vlastní bolest. Jsme tedy od narození vybaveni určitou schopností soucitu. Ale ta bez rozvíjení snadno zakrní – a u leckterých dětí (a natož dospělých) se zdá, jako by ji vůbec neměli.

Nejde ale jen o samotnou citlivost na trápení druhého – tedy empatii (o níž byla řeč před chvílkou). Ono je totiž třeba, aby náš soucit nebyl „slepý“ – tedy abychom s trpícími nejen cítili, ale současně byli schopni jejich situaci vyhodnotit z hlediska toho, jak nejlépe svůj soucit projevit. V nejlepším případě i napovědět jak pomoci. Soucit nás prostě nemá ochromit, ale vybavit schopností přiměřeně citlivě reagovat na trápení druhého.

## Solidarita

Zatímco soucit nás může účinně vést k pomoci známým blízkým lidem nebo lidem nám nějak zvlášť sympatickým (například malým dětem z Indie, které je možné si „osvojit“ v Adopci na dálku), představuje solidarita postoj více opřený o rozum: uvědomění si toho, že ve skutečnosti všichni podstatně patříme k sobě (jak už jsme o tom psali v souvislosti s bodem *Vztahy mezi lidmi*), že bolest a trápení kohokoliv z lidí (a dokonce bytostí vůbec) se nějakým způsobem dotýká nás všech, protože všichni jsme v hloubce bytí propojeni. A navíc – každá nespravedlnost, újma, zklamání, zrada či pošlapání důstojnosti, k níž v našem světě dojde, spoluutváří naši společnou duchovní atmosféru, která se zase promítá do našeho vlastního jednání. Pomoc druhým je tedy nezbytná součástí „ekologie“ našeho lidského světa.

## Seberozvoj

V pozdějším věku je pak důležité porozumět tomu, že skrze službu druhým člověk zásadním způsobem rozvíjí sám sebe. Potřeby druhých a pomoc, kterou jim v nich můžeme poskytnout, jsou významnými ukazateli toho, kam směřuje naše osobní poslání. Vždyť naplnění našeho poslání je právě tím, co druzí od nás nejvíce potřebují. Ale současně i pro nás je to cesta, na níž můžeme nejvíce rozvinout své osobní dary a potence a na níž tedy také nakonec můžeme být nejšťastnější.

## Dokáže reálně hodnotit svoje možnosti pro pomoc druhým

Pro správné uskutečňování pomoci druhým je stejně důležité si citlivě všimnout toho, komu chceme pomáhat, jako sebe samého. Pravidlo, na něž upozorňoval Ježíš z Nazaretu – *Miluj svého bližního jako sám sebe* – není snad nikde tak důležité a skauty tak častokrát porušované jako právě při službě bližním. Právě proto je třeba včas začít s tím, aby člověk realisticky hodnotil svoje možnosti ohledně pomoci druhým. Jinak bude ohrožený nejen stresem a tím, že bude neustále „nestíhat“, ale nakonec i vyčerpáním a možná i vyhořením.

V zásadě jde o to respektovat vlastní limity ve třech rovinách, z nichž prvním dvěma jsme se už dost podrobně věnovali v rámci bodu *Osobní rozvoj* (oblast *Kdo jsem*), kde jeden z dílčích cílů zněl: *Dobře hospodaří s vlastními dispozicemi včetně času:*



## **Kompetence**

Co opravdu umím – a jak? Jsem opravdu ten pravý na tuto službu? Proč si to myslím? Jaké mám zatím se sebou v této oblasti zkušenosti? Není nikdo vhodnější? Dokázal jsem se poučit z toho, jak jsem dosud řešil podobné situace?

## **Čas**

Kolik času bude pomoc skutečně vyžadovat – a kolik času jí reálně mohu věnovat? Vejde se to, co chci slíbit, do mého „rozvrhu“, který má také jen 24 hodin denně a sedm dní v týdnu? I tehdy, kdy budu reálně počítat s tím, že nejsem stroj, který z jedné činnosti do druhé nepřechází během několika sekund, nýbrž „nenulový“ čas mu spotřebuje přesun z místa na místo, seznámení se s prostředím, prostoje způsobené vnějšími okolnostmi a samozřejmě také regenerace?

## **Energie**

Tou poslední otázkou předchozí odrážky jsme se už dostali k tomu, co je pro úspěšné zvládnání služby nezbytné: správné „energetické hospodaření“. Tady se totiž častokrát dopouštíme chyby. Když slibujeme nějakou pomoc, posuzujeme ji příliš izolovaně, bez dostatečné souvislosti s tím, co všechno ostatního musíme v tomtéž období zvládnout. Málokterá služba totiž vyžaduje jenom ten čas a tu energii, kterou investujeme přímo do „akce“. Nejde zdaleka jen o čas a energii nutnou k přesunům do místa pomoci. Kolikrát (a čím náročnější služba, tím s větší jistotou) se na tu pomoc budeme muset s dostatečným předstihem připravit – sehnat si potřebné pomůcky, promyslet, jak budeme postupovat, zjistit si další informace, konzultovat s někým kompetentnějším než jsme sami, připravit se na to i vnitřně (meditací, modlitbou, setkáním s někým, kdo nám dodá odvalu a sílu). A obdobně jen zřídka pro nás celá záležitost skončí tím, když pomoc poskytneme: častokrát z ní vyplynou další závazky, nutnost další pomoci, shánění informací, kontaktů a lidí. Zejména pokud se jedná o dlouhodobé problémy, chronické potíže (a to je většinou, zejména ve starším věku), dál budeme nosit ve svém srdci a své mysli dotyčného a jeho trápení.

Toto všechno je třeba naučit se brát v potaz, protože tak to ve skutečnosti chodí v životě – a my se to buď naučíme respektovat, nebo se zařadíme mezi ty, již neustále „nestíhají“, nebo mezi rezignované, kteří už „pochopili život“.

Z hlediska duchovního života je podstatné mít zdroj(e), které nejsou závislé na těch, kterým pomáháme. Rozhodně nelze počítat s tím, že k dlouhodobé účinné pomoci druhým stačí „jejich úsměv“ či jiný projev vděčnosti, nebo jen „dobrý pocit“, že jsme pomohli či byli užiteční. Nic z toho samozřejmě není zanedbatelné, ale zkušenost bezpečně ukazuje, že ani vděčnost druhých, ani dobrý pocit nejsou dostatečně silným energetickým zdrojem k trvalé službě a pomoci druhým. Nejen proto, že se mnohdy vděčnosti člověk nedočká a „dobrý pocit“ se vůbec dostavit nemusí (ani tehdy, když člověk skutečně účinně pomůže), protože naše pocity jsou příliš zranitelné všelijakými faktory, které nejsou v naší moci (od počasí, nálady našeho okolí až k našemu trávení). Při pomoci v opravdu svízelných situacích se totiž člověk setkává s působením zla, jehož zdroj není jen v lidské malosti, omezenosti či zlobě. A tehdy je nutné, aby vědomě pracoval ve službách Pravdy a Lásky a dokázal odtud čerpat energii, kterou by z vlastních sil nikdy nedokázal získat.

## O pomoci druhým lidem uvažuje z hlediska osobního i globálního

Dosud jsme se zabývali tím, jaké podmínky je potřebné splnit na straně toho, kdo má účinně pomáhat druhým. Tento čtvrtý dílčí výchovný cíl je jakýmsi zastavením na této cestě. Má přivést skauta či skautku k tomu, aby se na pomoc druhým lidem dokázali podívat jednak z hlediska toho, jakou hraje roli v jejich vlastním životě, jednak v životě společnosti. Výsledkem by mělo být přesvědčení, že vzájemná pomoc je nezbytnou součástí osobního i společenského života, že na ní podstatně závisí jak kvalita osobního života, tak i kvalita života společnosti.

### Pomoc druhým v osobním životě

Skaut či skautka by se měli naučit klást si otázky, které jsme řešili v souvislosti s předchozími třemi výchovnými cíli: Jakých lidí a jakých potřeb si zatím dokážu všimnout? Co mě k tomu vede? Co naopak mám tendenci přehlížet? Proč? Dokážu účinně pomáhat? Komu, kdy, za jakých podmínek? Když nedokážu – proč? Co taková pomoc ode mne vyžaduje? Jaké situace se při tom často opakují? Co jsem při tom zjistil o sobě? Jak při tom hospodařím se svým časem a svými silami? Kdy se nejčastěji dostávám do konfliktu se svými možnostmi? Jak na to reaguji? Odkud beru energii na svou pomoc?

### Společně dokážeme víc<sup>42</sup>

- Smysl hry: pochopit, že spolupráce je nutnou cestou k záchraně lidstva
- Čas potřebný ke hře: záleží na počtu hráčů – ten je třeba násobit deseti a získá se délka hry v min.
- Počet hráčů: 6 až 20
- Věková kategorie: od 14 let
- Pomůcky: třímetrové provazy nebo lanka (průměr aspoň 1 cm, aby byla na zemi dobře viditelná) v počtu minimálně 1,5× větším než je počet hráčů; pro snazší zacházení by navíc mohly být na jednom konci očka a na druhém háček, aby se snadno spojovaly jak s jinými provazy, tak i samy pro vytvoření kruhu z jednoho provazu na počátku hry
- Prostedí: větší rovný prostor – tělocvična, hřiště, kus posečené louky

### Provedení:

Hráči předem vědí pouze to, že jde o pochopení nějakého důležitého principu pro jejich život i pro celou společnost. Na začátku jsou v prostoru na zemi rozmístěny kruhy z provazů. Je podstatné, aby jejich velikost byla tak malá, že se do žádného z nich nevejdou všichni hráči, i kdyby byli namačkání na sobě. Při počtu 10 hráčů tomu odpovídá zhruba kruh o poloměru 1 metr (jeho obsah je  $\pi = 3,14 \text{ m}^2$ ). Kruhů je minimálně 1,5× tolik, kolik je hráčů, maximálně 2× tolik (při 10 hráčích tedy 15 až 20 kruhů).

Po celou hru platí pravidlo, že maximálně 5 minut mají hráči na to, aby zaujali oběma nohama pozici uprostřed kruhu. Jakmile se stane, že po uplynutí 5 minut zůstane nějaký hráč mimo kruh, hra končí a nepodařilo se splnit úkol. Zaujmut polohu v kruhu je na začátku samozřejmě triviální, jenomže v každém dalším kole ubere vedoucí hry jeden kruh. Interval 5 minut mohou zkrátit sami hráči, když všichni zvednou ruce na znamení, že už stojí oběma nohama v nějakém kruhu. Nové kolo začíná tím, že vedoucí odebere jeden kruh a každý se musí

42) Hra je modifikací programu *Životní prostor*, který je uvedený v publikaci Zdeňka a Barbary Šimanovských *Hry pro rozvoj zdravé osobnosti* – Portál 2005, Praha

přesunout do jiného kruhu, než v jakém právě stál (nejen tedy ti, kteří případně stáli ve „zrušeném“ kruhu) – a běží další maximálně pětiminutová lhůta.

Nejpozději ve chvíli, kdy je kruhů méně než hráčů, musejí pochopit, že

- musí několik hráčů stát v jednom kruhu – což je ještě snadno pochopitelné,
- musí z několika menších kruhů vytvořit jeden větší, protože jeho obsah je o dost větší, ne jen pouhý součet obsahů jednotlivých kruhů.<sup>43</sup>

První fáze hry může skončit buď tím, že některý z hráčů se „nevejde“ do existujících kruhů, nebo naopak hráči pochopí nutnost spojování kruhů a vedoucí hru ukončí, když všichni budou v jednom společném kruhu (což musejí učinit nejpozději ve chvíli, kdy zbývají poslední tři kruhy); při odebírání kruhů musí vedoucí pamatovat na to, aby neznemožnil vytvoření tak velkého kruhu, do něhož se vejdou všichni hráči (nemusí to být kruh vytvořený ze všech zbývajících kruhů, stačí, když pojme spolehlivě všechny účastníky hry).

Druhá fáze je rozborem hry, a to jak z hlediska pochopení hlavního principu – kdy a na základě čeho k němu hráči dospěli, případně co jim bránilo v tom jej objevit a uplatnit – tak z hlediska průběhu prožívání. Následně je vhodné to aplikovat na reálnou situaci ve světě – omezené zdroje a jejich rozdělení. Jaká cesta by vedla k podstatně spravedlivějšímu uspořádání poměrů na naší planetě. A co my s tím můžeme dělat.

### Pomoc druhým v životě společnosti

Tady jde jednak o pochopení nástrojů, které má občanská společnost „našeho“ (= západního) typu k dispozici na zajišťování a pomoci druhým – a to jak na místní, tak i mezinárodní úrovni, jednak o osvojení si schopnosti těchto nástrojů využívat a rozšiřovat tak své možnosti účinné pomoci druhým lidem. Zejména v oblasti různých neziskových organizací máme důležité partnery, s nimiž můžeme spolupracovat na celé řadě užitečných projektů. A to je pro nás důležité – vědět i zažít, že tu nejsme sami, kdo má a může pomáhat druhým. Jsme naopak součástí širokého společenství těch, kterým není lhostejné, jak se vede jejich bližním – byť by byli i na druhé straně zeměkoule – a kteří jsou současně schopní potřebným lidem opravdu účinně pomáhat.

### Dokáže pomáhat v náročných situacích

Zde jsme dospěli na vrchol služby, k němuž nás měly přivést čtyři předchozí dílčí cíle. Bez jejich zvládnutí je úspěšná pomoc v náročných situacích vyloučená. A to platí jak pro pomoc jednotlivým lidem, tak pro pomoc poskytovanou skupinám lidí či institucím.

Náročnost situací může především vyplývat:

- z míry utrpení, které má být pomocí odstraněno či aspoň zmírněno,
- z potřebného množství energie, informací a prostředků nutných k účinné pomoci,
- z množství času, během něhož musí být pomoc poskytnuta,

<sup>43)</sup> To se dá dokázat jednoduše matematicky: obsah kruhu o poloměru  $R_1$  je  $\pi \cdot R_1^2$ , obsah kruhu o poloměru  $R_2$  je  $\pi \cdot R_2^2$  – dohromady tedy mají obsah  $\pi \cdot (R_1^2 + R_2^2)$ ; kruh, který vznikne spojením obvodu (provazů) obou kruhů, má poloměr  $R_1 + R_2$  a tedy jeho obsah je  $\pi \cdot (R_1 + R_2)^2 = \pi \cdot (R_1^2 + 2 \cdot R_1 \cdot R_2 + R_2^2)$ . Konkrétně například pro poloměry  $R_1 = R_2 = 1$  m je součet jejich obsahů  $2\pi$  m<sup>2</sup> (tedy asi 6 a čtvrt m<sup>2</sup>), zatímco obsah kruhu o poloměru 2 m (který lze vytvořit spojením obvodů dvou kruhů o poloměru 1 m) má obsah  $4\pi$  m<sup>2</sup> – tedy obsah dvojnásobný.

- ▶ z rozsahu a charakteru rizik, která hrozí tomu, kdo pomoc poskytuje, i tomu, komu je pomoc poskytována – tím se myslí v souvislosti s úkoly stezky hlavně psychické zranění nebo společenský problém, někdy i důsledky morální (například z opuštění kamaráda, který na mě spoléhal).

V rámci stezky je několik opravdu náročných úkolů – a to především těch, které je třeba plnit delší dobu a současně se vždy týkají nějakého konkrétního blízkého člověka, zpravidla kamaráda. K tomu, aby ten, kdo si takový úkol vezme a pustí se do jeho plnění, uspěl, nutně potřebuje mít oporu v někom dospělém, kdo jej přitom bude povzbuzovat a poskytovat mu pomoc tehdy, když narazí na nějaký velký problém. Bylo by jistě ideální, kdyby takovou oporu dotyčný skaut či skautka měli v někom z rodičů či příbuzných (většina těchto úkolů se plní mimo oddíl), ale reálně je třeba počítat s tím, že to mnohdy zbude na tebe.

## POHLED NA JEDNOTLIVÉ VÝCHOVNÉ KATEGORIE

Pomoc druhým lidem má významnou oporu v naší vrozené výbavě.<sup>44</sup> Nabízí se tedy otázka, nakolik je altruismus dán dědičnou dispozicí, kterou nemůžeme ovlivnit, a nakolik vlivem výchovy a prostředí, v němž člověk vyrůstá. Podle výsledků studie dětí ve věku od čtrnácti měsíců do tří let činí genetický podíl na prosociálním chování (tedy tom typu chování, které buduje dobré lidské vztahy) jen asi dvacet pět procent. Jinak řečeno – geny dávají základ osobnosti, a prostředí, v němž dítě vyrůstá, pak jeho osobnost již dále dotváří a modeluje.

Toto je důležité zjištění pro naši podporu takového – vůči potřebám druhých pozitivního – postoje i na něj navazujících schopností u těch dětí a dospívajících, kteří jsou v našich oddílech. Bylo by jistě pro nás velmi výhodné, kdyby už z rodiny k nám přicházely děti s rozvinutou schopností soucitu a empatie a na nás by jen bylo vhodné jejich touhu pomáhat druhým nasměrovat a nabídnout jim konkrétní možnosti – včetně těch, které vyplývají z celosvětového rozšíření skautingu. Jenomže jistě dobře víš, že skutečnost je podstatně méně příznivá. Zdaleka ne všechny děti v našich oddílech mají přiměřeně rozvinutou schopnost druhé vnímat dostatečně citlivě a se zájmem o jejich dobro. Bude to tedy na tobě a ostatních starších členech vašeho oddílu.

Následující přehled ti i tentokrát poskytuje základní orientaci v tom, co by mělo být tím, oč se v daném věku může opírat rozvíjení schopnosti pomáhat druhým, a co je tedy třeba i u členů oddílu probouzet a povzbuzovat. Podobně jako u předchozích tří bodů to není kompletní soupis všeho, co v dané věkové skupině se schopností pomáhat druhým souvisí, ale jsou to důležité podmínky, jejichž naplňování (či nenaplňování) dává celkově reprezentativní informaci o tom, kde se dané dítě či mladý člověk ve svém vývoji nalézá. Jednotlivé dále uvedené *kompetence* tedy ber jako

44) Nedávno prováděné systematické pozorování úplně malých dětí (do 1 roku věku) k překvapení mnohých ukázaly, že se rodíme nejen s určitou egocentrickou orientací, ale též s tendencí právě opačnou – snažit se pomáhat těm, jejichž utrpení k nám doléhá. Snad nejnámějším jevem, který s tím souvisí, je skutečnost, že osmdesát procent kojenců reaguje na pláč jiného dítěte tím, že se také rozpláče. Později v batolecím věku děti zcela přirozeně pomáhají ostatním, když vidí, že jsou v nesnázích. Přesvědčivý důkaz o tom například přinesl *experiment* uskutečněný na *Max Planck Institute for Evolutionary Anthropology* v Lipsku. U nás na to už delší dobu upozorňoval Václav Břícháček, který se prosociálním jednáním dětí celoživotně zabýval.

ukazatele toho, zda se vývoj ke službě ubírá správnou cestou, či za ní zaostává nebo dokonce se od ní vzdaluje.

## **Předškoláci**

- ▶ Umí být ve skupině vrstevníků, aniž by jim ubližoval.
- ▶ Dokáže se s druhými dělit.

## **Světlušky a vlčata**

- ▶ Ví, že, existují handicapovaní, nevysmívá se jim.
- ▶ Všimá si, když lidé z jeho okolí něco potřebují.
- ▶ Ve spolupráci s rodiči, rádcem, učitelem se snaží pomáhat těm, kdo to potřebují.
- ▶ Občas někomu dokáže udělat radost z vlastní iniciativy.
- ▶ Dokáže potěšit kamaráda.

## **Mladší skautky a skauti**

- ▶ Umí vyslechnout kamaráda a dle svých možností se mu snaží pomoci.
- ▶ Je všímavý k nesnázím ostatních.
- ▶ Pravidelně se zabývá tím, jak druhým dělat radost.
- ▶ Za pomoci starších se podílí na vymýšlení možností, jak pomoci.
- ▶ Sám nebo s družinou pomáhá handicapovaným a sociálně slabým, neposmívá se jim.
- ▶ Dokáže pro druhé něco vydržet.

## **Starší skautky a skauti**

- ▶ Je schopen vyslechnout kamaráda a dle svých možností se mu snaží pomoci, nastane-li problém u člena družiny, upozorní na to vůdce.
- ▶ Umí vyslechnout a účinně pomoci tomu, kdo má nějaké trápení.
- ▶ Za pomoci starších se podílí na vymýšlení možností, jak pomoci, sám nebo s družinou pomáhá handicapovaným (a zná zásady jak), snaží se ve skupině, které je členem, handicapované a sociálně slabé integrovat, aktivně se účastní pomoci potřebným (sbírky, projekty).
- ▶ Je ochoten se společně s družinou podílet na pomoci dobrovolnického charakteru, ví o její důležitosti.

## **Mladší roveři a rangers**

- ▶ Všimá si drobností, které signalizují problémy u blízkých osob, je ochoten jim být nápomocen; v případě, že je potřeba odborné pomoci, ví, kam se obrátit.

- ▶ Dokáže rozlišit, kdy může druhým, kteří jsou v nějaké těžké situaci, pomoci sám, a kdy je třeba pomoci někomu jiného. Má představu o tom, jací lidé mohou v určitých typických situacích pomoci.
- ▶ Zajímá se, jak na základě svých možností a schopností pomoci handicapovaným a sociálně potřebným ve svém volném čase, je schopen předávat dovednosti, jak pomáhat handicapovaným a sociálně potřebným, účastní se pomoci potřebným a handicapovaným (sbírky, projekty), do kolektivu integruje ty členy, kteří jsou vzhledem ke svému sociálnímu postavení (problémové rodinné prostředí apod.), handicapu na okraji.
- ▶ Ve svém volném čase se snaží kromě skautingu zapojit i do dalších dobrovolnických aktivit, ví o jejich potřebnosti.

### **Starší roveři a rangers (dospělí)**

- ▶ Je vnímavý vůči druhým, je schopen poskytnout oporu v těžkých situacích.
- ▶ Iniciuje a organizuje pomoc potřebným i mimo skautské společenství a je to pro něj běžná věc, je schopen ostatním předávat dovednosti, jak pomáhat.
- ▶ Uvědomuje si hodnotu dobrovolnické práce (včetně skautingu) a dokáže pro ni získat i ostatní.
- ▶ Vede takový duchovní život, který mu umožňuje unést bolesti a trápení druhých, aniž by sám pod nimi klesal.
- ▶ Přijal za svůj postoj, že v lidských vztazích je horší ublížit nedůvěrou, než být sám zklámán; svou důvěrou však naivně neplýtvá.

## KONKRÉTNÍ AKTIVITY VE STEZCE

### Všímavost



- Budu si všimát drobných potřeb druhých (podrším dveře, podám předmět, přinesu něco z vedlejší místnosti) a budu na ně vhodně reagovat.

**Smysl aktivity:** Učit se všimát si druhých, vcítit se do nich a snažit se pomoci. Uvědomit si, že na světě nejsem jen já sám se svými potřebami. Prožívat radost, když se i drobná pomoc podaří a vede ke zlepšení situace a k radosti druhého.

**Vhodná forma plnění:** V rámci přípravy vytvořit seznam možných situací a prostředí, ve kterých k nim může zvláště dojít. V následujícím řízeném příběhu může dítě zažít, jak pomáhá jinému dítěti.

### Pomáháme si

Aktivitě pro mladší skauty/skautky se můžeme věnovat v klubovně, potřebujeme papír a pastelky. Na začátku klade vedoucí hry otázky: Komu jste naposled pomohli? Pomohli jste mamince prostřít stůl? Pomohli jste tatínkovi umýt auto? Pomohli jste nějakému kamarádovi? Kdo už někdy pomohl nějakému úplně cizímu člověku? Kdy jste naposled sami potřebovali pomoc?

Poté děti zavřou oči a uvolní se, poslouchají vedoucího aktivity: „Je krásný letní den. Jsi na louce pod modrou oblohou. Tráva je měkká a zelená. Sáhni si rukama, jak je příjemně chladivá. Po nebi plují velké měkounké mraky. Neobjevisš mezi nimi takový, který se podobá nějakému zvířeti? Jemný větřík žene mraky dál a osvěžuje ti obličej. Nyní se natáhneš na trávu. Nadechni se jednou zhluboka. Ležíš klidně v trávě a víš, že si blízko hrají děti. Slyšíš, jak se smějí. Ouvej! Malý chlapec docela blízko tebe upadl. Narazil kolenem na kámen a začíná plakat. Vyskakuješ a běžíš k němu. Máš dobrý pocit, když můžeš někomu jinému pomoci. . . (30 vteřin). Pomoz malému chlapci vstát. Podívej se na jeho drobné poranění. Polož mu ruku na rameno a pozoruj, jak chlapec přestává plakat. Protože se sám cítí tak dobře, můžeš pomoci malému chlapci, aby se také cítil lépe. Co můžeš ještě udělat, aby se zase cítil dobře? (30 vteřin). Řekni si pro sebe: Já už jsem velký a mohu pomáhat jiným. Pomáhám jiným, proto také jiní budou pomáhat mně. Teď můžeš malému chlapci říct na shledanou a vrátit se z louky zpět sem. Trochu se protáhni, zahýbej prsty na rukou a na nohou. Jednou zhluboka vydechni a otevři oči. Spojte se teď do trojic, vezměte si list papíru a namalujte společně příběh, který jste zažili ve své fantazii.“<sup>45</sup>



- Alespoň měsíc si povedu přehled o tom, s jakými žádostmi o pomoc se na mě druzí obraceli, a jestli jsem jim opravdu dokázal pomoci.

**Smysl aktivity:** Udělat si pořádek v tom, jak druhým opravdu pomáhám. V tomto věku o tom děti většinou ještě vůbec soustavněji nepřemýšlejí a přicházejí tak o možnost zažít, že i ony už mohou někomu opravdu pomoci.

**Vhodná forma plnění:** Tabulka s kolonkami (kdo, co, výsledek) v deníku nebo doma na nástěnce. Aktivita je svou dlouhodobostí dosti náročná a vyžaduje podporu někoho dospělého, nejlépe z rodiny nebo jejího okolí.

45) Podle VOPEL, Klaus W. *Skupinové hry pro život 2*. Praha: Portál, 2008.

- Jeden měsíc budu „tajně“ pomáhat někomu z rodiny, oddílu či třídy (viz hra Skřítky na [www.hra-nostaj.cz](http://www.hra-nostaj.cz)).



**Smysl aktivity:** Zažít pocit skřítky, který má radost, že může pomáhat, a to jen pro užitek a pro radost druhých. (viz část „C.1 – Vztahy mezi lidmi“).

**Vhodná forma plnění:** Nádhernou motivací pro menší děti se může stát knížka švédské spisovatelky Selmy Lagerlöfové *Podivuhodná cesta Nilse Holgerssona Švédskem*.

### Putování malého skřítky s divokými husami

Původně to měla být nová učebnice švédské vlastivědy, dnes však příběh Selmy Lagerlöfové více než za naučný spis platí za překrásnou pohádku o pýše, pokoře, přátelství – a především poznání. Inspirací k literárnímu zpracování se nakonec staly zvířecí příběhy Rudyarda Kiplinga. Žil jednou jeden malý kluk. Nic kloudného nesvedl a ze všeho nejradši by pořádkem jen spal, jedl a vyváděl neplechu,“ začíná Lagerlöfová svou pohádku. Ten malý zlobivý kluk Nils, který nikoho nemá rád, tahá kocoura za ocas, kohouta za hřebínek a vlašťovkám strhal hnízda, však na svou bezcitnost doplatí. Stane se mrňavým skřítkem, který s domácím houserem Martinem následuje divoké husy do Laponska – aby dokázal sobě i ostatním, že je užitečný. Musí přitom napravovat své předchozí provinění a překonávat nedůvěru zvířat, jimž ublížil.<sup>46</sup>

### Praktická pomoc druhým lidem

- Společně s družinou se zúčastním nějaké dobrovolné pomoci potřebným (návštěva domova důchodců, sbírka pro psí útulek, zábavné odpoledne pro dětský domov...).



**Smysl aktivity:** Uvědomit si, že blízko mne žijí bytosti, které na tom nejsou dobře a které potřebují pomoc druhých. Tím, kdo může pomoci, mohou být i já a členové mé družiny. Vědět, že i malá pomoc je potřebná a udělá radost. Prožít v praxi, že to funguje.

**Vhodná forma plnění:** Za splněním této aktivity se skrývá spousta práce: návštěvu je především třeba domluvit. Pro obyvatele domova důchodců či dětského domova je vhodné připravit program nebo přinést vlastnoručně vyrobené dárky (případně obojí), pro opuštěná zvířátka např. získat prostředky na zakoupení krmiva. Následovat by mělo zhodnocení celé aktivity a kupříkladu zveřejnění v místním tisku, na webu nebo v oddílovém časopise.

- Vyroším s družinou dárky pro obyvatele domova důchodců (nebo děti z dětského domova) a předáme jim je k Vánocům (nebo Velikonocům či jiné příležitosti).
- Vyroším dárek k Vánocům nebo Velikonocům pro osamělého člověka ze svého okolí a předám mu ho.



**Smysl aktivity:** Prožítí trojí radosti – z toho, že něco sám dokážu vyrobit, z radosti obdarovaného člověka a z radosti darujícího.

46) Z anotace na [www.bux.cz/knihy/53166-podivuhodna-cesta-nilse-holgerssona-svedskem](http://www.bux.cz/knihy/53166-podivuhodna-cesta-nilse-holgerssona-svedskem)



**Vhodná forma plnění:** Shromáždit typy na vhodné výrobky, pro inspiraci navštívit například vánoční nebo velikonoční výstavu v místě bydliště. Vyhledání několika návodů na internetu, v časopisech. Společná výroba v rámci družiny bude nejen užitečná, ale může být i zábavná.

### Kde hledat inspiraci

Zde je alespoň několik titulů, ve kterých je možné najít řadu inspirativních nápadů a návodů na drobné dárky: ŠMIKMÁTOROVÁ, Michala a Pavla ŠMIKMÁTOROVÁ a Mgr. Jiří DVOŘÁK. *Tvořivé nápady – Indiáni*. Brno: Polygra. 2005. WATTOVÁ, Fiona. *Knihy výtvarných nápadů*. Praha: Svojtka, 2009. TOMES, Pavel. *Vyrábíme z provázků a jiných materiálů*. Praha: Portál, 2005. *Udělejte si Vánoce*. Reader's Digest Výběr, 2007. BRÝDOVÁ, M. a kol. *52 nápadů na každý týden v roce*. Brno: Computer Press, 2006.



- ▶ Budu doma pomáhat do té míry, aby mi rodiče potvrdili, že zvládám základní domácí práce (jednoduché vaření, praní, žehlení, luxování, ...).

**Smysl aktivity:** Dokázat, že domácí povinnosti беру vážně a dovedu je plnit soustavně, že tyto domácí činnosti zvládám, a to sám od sebe a bez řečí. Stát se tak členem rodiny, na kterého je možné se spolehnout.

**Vhodná forma plnění:** Poradit se s rodiči a získat jejich podporu pro plnění tohoto úkolu. Dobré by bylo i setkání vedoucího s rodiči, aby jim vysvětlil smysl tohoto úkolu.



- ▶ Přispěji na nějakou charitativní sbírku částkou alespoň 50 Kč, kterou si ušetřím.

**Smysl aktivity:** Zažít, že už i v dětském věku si dokážu něco odříct ve prospěch druhého. Přitom odolat pokušení utratit ušetřené či vydělané peníze za něco pro vlastní potřebu.

**Vhodná forma plnění:** Vhodnou motivací může být prezentace o tom, v jakých podmínkách lidé (zejména děti) v různých částech světa žijí. Zkusit vyčíslit, za co bych ty peníze normálně utratil (a dojít k závěru, že se často jedná o zbytečnosti, bez kterých se dá lehce obejít). Zjistit, co může znamenat taková částka pro dítě v Indii nebo v Africe.



- ▶ Na základě spolehlivých informací si společně s družinou vybereme nějakou charitativní sbírku, na niž každý z nás přispěje částkou alespoň 100 Kč, kterou si sám ušetřil nebo vydělal.

**Smysl aktivity a vhodná forma plnění:** Obdobně jako u předchozího, pouze přiměřená věku starších skautů.

## Na pomoc nejsme sami

- ▶ Zúčastním se roznášení Betlémského světýlka.



**Smysl aktivity:** jako u předchozích a navíc uvědomění si sounáležitosti s ostatními skauty. Uvědomit si, že pomoc nespočívá jen v poskytování materiálních darů, ale i v předání symbolu. Je spousta lidí, kteří jsou vděční jednak za tento symbol, ale také za to, že za nimi někdo přijde, projeví o ně zájem, popovídá si s nimi.

**Vhodná forma plnění:** prezentace v místním tisku, na webu. Předávání světla na konkrétních akcích – vánoční besídka, vánoční koncert, náměstí, penzion pro seniory. Příběh betlémského světla pro vlčata a světlušky. Příležitost pro propojení se s dalšími institucemi v místě (místní noviny, škola, farnost, hasiči).

- ▶ Zjistím si, které hlavní organizace u nás pomáhají potřebným lidem a jak.



**Smysl aktivity:** Zjistit, že na poskytování pomoci nejsme sami, ale jsme součástí velkého hnutí pomoci, jehož se účastní další lidé a organizace.

**Vhodná forma plnění:** Hledání na webu [www.dobrovolnik.cz](http://www.dobrovolnik.cz) – Využití sborníku příkladů dobré praxe k ERD, kde jsou uvedeny příběhy konkrétních dobrovolníků i charakteristiky organizací, které se zabývají dobrovolnictvím v různých oblastech. Beseda s někým z podobné organizace spojená s prezentací.

### Světluška

Klára – nebo také Klárinka, jak o ní mluví klient, pan Jiří – studuje v současné době speciální pedagogiku na vysoké škole. Do Dobrovolnického centra Okamžiku přišla před třemi roky, ještě jako čerstvě osmnáctiletá studentka gymnázia, a stala se tak nejmladší posilou v řadách jeho dobrovolníků. Od svých kamarádek se lišila snad jen tím, že měla velmi jasnou a překvapivě vyzrálou představu o svém dobrovolnickém zapojení, o tom komu a jak chce pomáhat. Klára se takřka celé tři roky setkává s téměř sedmdesátiletým nevidomým panem Jiřím. Chodí spolu na pravidelné procházky, Klára mu někdy pomůže s nějakou drobností v domácnosti nebo jdou nakoupit. I přes velký věkový rozdíl si našli společná témata a velmi dobře si porozuměli. Díky Klárině pomoci se pan Jiří také mohl vrátit ke své největší zálibě, vaření, již se kvůli ztrátě zraku nemohl sám věnovat. Klára ztělesňuje představu o lidském, ale kompetentním dobrovolníkovi, kterého v sociálních službách potřebujeme. V loňském roce bylo její dobrovolnické angažmá oceněno také Pamětním listem sdružení Okamžik a Klára byla nominována na cenu Křesadlo. V době, kdy se mluví o mezigeneračních konfliktech a odcizení, atomizaci společnosti a krizi solidarity, je její příklad zvláště důležitý pro ostatní.

Sborník Dobrovolníci mění svět – NIDM Praha 2011

- ▶ Zúčastním se s oddílem projektu na podporu některé významné charitativní akce (např. Pomozte dětem!, Postavme školu v Africe apod.).
- ▶ Podílím se na přípravě oddílové akce na podporu významného charitativního projektu (např. Pomozte dětem, Postavme školu v Africe, ...).



**Smysl aktivit:** Přesunout se za hranice svého malého světa a stát se součástí pomoci, a to zejména dětem, které jsou na tom mnohem hůře, než si děti ze středu Evropy vůbec dovedou představit. Stát se aktivním spoluvůrcem podobné akce a zažít, co to znamená.

**Vhodná forma plnění:** Seznámení se s konkrétním projektem (zhlédnutí dokumentu, beseda s přímým účastníkem projektu), účinkování v divadelním představení, uskutečnění brigády – výtěžek věnovat na projekt. O úroveň výš se dostává ten, kdo uvedené činnosti sám vymýšlí a organizuje, stává se aktivním spoluvůrcem podobné akce a zažívá, co to znamená.

### Hry afrických dětí<sup>47</sup>

Jako vhodnou motivaci pro účast členů oddílu na podpoře dětí z Afriky si můžeme zahrát nějakou z her typických právě pro tyto děti.

#### Mbube, Mbube

Mbube! znamená ve svahilštině „Lve!“ a tahle hra je o tom, jak lev loví impalu, tedy menší druh antilopy. Hráči stojí v kruhu. Vyberou dva hráče, kteří jsou lvem a impalou. Zavážou oběma oči a rozestaví je v kruhu. Lev se snaží impalu chytit a sežrat, impala se snaží lvu vyhnout. Hráči v kruhu opakují „mbube, mbube“ v takovém tempu, jak je lev daleko od impaly. Čím je blíže, tím je „mbube, mbube“ rychlejší a často i hlasitější. Pokud lev do minuty impalu nechytí, dvojice se vystřídá za nějakou jinou.

#### Ubuthi

Hráči se postaví do kruhu a doprostřed položí předmět symbolizující „ubuthi“. Ubuthi je africký jed, vyráběný z plodů v buši. Jeden hráč je zlodějem, „sedi“. Sedi zavolá jméno hráče a oba se snaží uchopit ubuthi. Hráč, který drží ubuthi, se snaží obsadit jedno z uvolněných míst v kruhu. Pokud se mu to povede, vyhrál. Pokud se ho ten, který ubuthi nese, dotkne, vyhrává on.

#### Mamba

Mamba je obrovský africký had. Dorůstá délky až 4,5 metru a její uštknutí je téměř vždy smrtelné.

Pro tuto hru si vyznačte území asi 10×10 metrů, v němž se pohybují všichni hráči a mamba. Mamba se snaží hráče chytit. Koho chytí, toho „sežere“ a tím povyroste – hráč se chytí mamby za ramena a tvoří ocas jejího těla. Další chycení hráči se připojují také na ocas.

Je zakázáno probíhat skrz ocas. Ocas nemůže hráče uštknout a sežrat, pouze je odříznout, aby je hlava sežrala. Vítězí hráč, který je poslední živý – stává se novou mambou!



- ▶ Připravím pro družinu nebo oddíl program o některé z organizací, které pomáhají potřebným lidem (Člověk v tísni, Charita, Diakonie, ADRA).

**Smysl aktivity:** Získání důkladnějších znalostí o konkrétní organizaci a jejích aktivitách.

<sup>47)</sup> Podle [www.jojo.cz/deti/clanek/jak-si-braji-deti-v-africe](http://www.jojo.cz/deti/clanek/jak-si-braji-deti-v-africe). Spoustu her afrických, asijských či amerických dětí je možné též najít v *Encyklopedii her* od Miloše Zapletala.

**Vhodná forma plnění:** Možnost navázat s organizací kontakt, získat propagační materiály, pozvat někoho na besedu. Zvážit možnost zapojení se do některé aktivity této organizace nebo do nějaké formy spolupráce s ní.

- ▶ Připravím pro oddíl prezentaci o potřebnosti charitativní činnosti a možnostech skautů se na ní podílet, nebo prezentuji výsledky sbírky, které jsme se zúčastnili (na co se peníze použily, jaké byly výsledky...).



**Smysl aktivity:** Motivovat pro charitativní činnost členy družiny, oddílu, ale i děti mimo skauting.

**Vhodná forma plnění:** Vynaložit dostatek času, energie a vědomostí k vytvoření hodnotného materiálu, který bude mít nadčasovou platnost a bude jej možné využít pro další a další děti. Bude mít také historickou hodnotu a stane se součástí střediskového archívu.

## Správné hodnocení vlastních možností pro pomoc druhých

- ▶ Budu se několikrát aktivně podílet na vymýšlení a uskutečnění dobrovolné pomoci těm, kteří ji od nás potřebují.



**Smysl aktivity:** Oproti předchozí věkové kategorii už nepostupovat podle toho, co přinese náhoda nebo vymyslí někdo jiný, ale aktivně nad věcí přemýšlet a vymyslet vhodnou aktivitu pro potřebné. Uvědomit si, že svým nepatrným příspěvkem mohou pomáhat potřebným lidem a tím i světu k tomu, aby byl lepší.

**Vhodná forma plnění:** Zahájit shromažďováním a vyvářením „burzy nápadů“ v rámci schůzky (adopec zvířete v ZOO, brigáda v přírodě nebo ve městě, vystoupení pro seniory, podíl na organizování dětského dne apod.). Inspiraci je možno nalézt například v soutěži Brána k druhým (<http://branakdruhym.nidm.cz>).

### Pohádkové město (8. května 2012)

Jednalo se o akci pro veřejnost pořádanou naším dívčím skautským oddílem Strážkyně přátelství. Na jeden den se park v Šumperku proměnil v pohádkové město. Bylo možné zde potkat princezny, čarodějnice, superhrdiny, a dokonce i dvojice Afričanů (kteří zde nebyli náhodou). Předškolní a mladší děti základních škol si tak mohly v jednoduchých soutěžích vydobýt přízeň všech pohádkových bytostí a dostat od nich nejednu sladkou odměnu. Vstupné na akci bylo dobrovolné. Výtěžek 1 987 Kč byl následně poslán do sbírky *Postavme školu v Africe* (proto ten africký pár).

Pohádkový les se konával tradičně v době mládí vedoucích oddílů, kteří na něj nezapomněli, a chtěli jej takto oživit. Jednak se tedy akce stala možností ukázat skautskou činnost veřejnosti a jednak také nástrojem pomoci potřebným. Děti si mohly vyzkoušet mnoho netradičních činností, strávit den s rodiči na zajímavé a originální akci. Návštěvníci se mohli seznámit s místními skauty a navíc ještě dobrovolným příspěvkem podpořit stavbu školy v Africe.

Akci vedla poprvé čtrnáctiletá skautka, která se tedy musela naučit koordinovat celý tým, a z pozice vedení bylo nutné ji metodicky podpořit. Musely jsme sladit svá očekávání, udělat nástin rozpočtu, rozvrhnout celý den a jednotlivá stanoviště a vše připravit do nejmenších detailů. Každý si tedy mohl odnést něco z organizace, plánování, metodiky atd. V neposlední řadě nám to přineslo mnoho nezapomenutelných okamžiků díky místním

dětem, jejichž radost ze splněného úkolu neměla mezí, a pocit dobře odvedené práce při pohledu na plnicí se kasičky pro sbírku.

(Lada Matyášová)



- ▶ Prokážu, že umím v běžných situacích správně hodnotit své možnosti pomáhat druhým: nedávám sliby, které nemůžu splnit, nepouštím se do pomoci, která je nad mé síly, nevymlouvám se tehdy, když naopak pomoc v mých silách je.

**Smysl aktivity:** Učit se reálně posuzovat své možnosti s ohledem na pomoc druhým. Konkrétní situace je třeba umět zvážit, posoudit, vyhodnotit. Zjistit, kolik času, sil a dalších nákladů by mě pomoc stála a zda to vůbec můžu zvládnout. Dokázat případně i odmítnout. Nebát se přiznat chybu a poradit se s někým dospělým, jestliže jsem špatně odhadl své síly a situaci špatně vyhodnotil.

**Vhodná forma plnění:** Vedení osobního záznamu formou tabulky (odkud přišel popud k pomoci, o co šlo a jak to dopadlo). Výsledek probrat s vedoucím nebo jinou důvěryhodnou dospělou osobou.



- ▶ Promyslím, jakým způsobem mohu pomáhat potřebným lidem u nás i ve světě. Zhodnotím své možnosti, porovnam to, co by bylo možné dělat, s tím, co dělám. Pohovořím o tom s někým, komu důvěřuji, a domluvíme se na dalším postupu.

**Smysl aktivity:** Zhodnotit sám sebe a své možnosti s ohledem na potřeby širokého okolí i světa. Zamyslet se nad svou povahou, vlastnostmi – jak to zvládnou, jestli na to mám.

**Vhodná forma plnění:** Program o typech rozvojové pomoci ve světě pro oddíl. Dát na pomyslné misky vah, s čím z toho bych rád pomohl a jaká je moje reálná kapacita.

## Pomoc v náročných situacích



- ▶ Alespoň dva měsíce budu pravidelně pomáhat nějakému studijně slabšímu kamarádovi s přípravou do školy.

**Smysl aktivity:** Prožít poskytování zcela konkrétní, osobní pomoci známému člověku. Uvědomit si, že taková pomoc nemusí být vždy krátkodobou záležitostí, a že pokud se pro ni rozhodnu, беру na sebe zodpovědnost a nemohu zklamat důvěru toho, kterému pomoc poskytuji.

**Vhodná forma plnění:** v zadání. Sledování pokroků, které spolupráce přinesla (známky, v tabulce, graf, ...). Velmi vhodná je spolupráce s vyučujícím daného předmětu, případně s rodiči kamaráda.



- ▶ Vezmu si v oddíle na starosti nováčka, o kterého se budu starat a pomáhat mu, když to bude potřebovat.

**Smysl aktivity:** Zakusit dlouhodobější odpovědnost o konkrétní osobu. Uvědomit si smysl pomoci, zhodnotit své síly. Nenechat se ale odradit první překážkou na cestě, nezklamat nováčkovu důvěru.

**Vhodná forma plnění:** Nebát se obrátit na vůdce/vůdkyni a naplánovat pomoc s nimi. Konkrétní pomoc si zapisovat do deníku. S nováčkem dát dohromady prezentaci nebo přednášku na téma, co probíhalo, co se dařilo, jaké byly problémy.

- ▶ Alespoň dvěma svým kamarádům nebo členům rodiny dokážu být oporou při nějakém delším trápení. Popíšu vůdci/vůdkyni, jakým způsobem jsem se jim snažil pomoci.



**Smysl aktivity:** Zvládat i náročné (zejména psychicky) formy pomoci a být pro kamaráda nebo člena rodiny skutečnou oporou.

**Vhodná forma plnění:** Tato aktivita vyžaduje, aby se na ni skaut/skautka předem dostatečně připravili a aby jejich připravenost a možnosti posoudil vůdce oddílu a průběžně se o věc zajímal a podporoval je. Zároveň také jde o důvěru člověka, jemuž je pomoc poskytována, která nemůže být zklamána (například tím, že dotyčný z pomoci náhle „vycouvá“). Vedoucí by měl být připraven i na řešení situace, kdy dotyčný tuto úlohu přestane zvládat. Vhodnou motivací jsou příběhy.

- ▶ Dlouhodobě se věnuji opuštěnému kamarádovi (nový spolužák, dítě cizinců, ...), aby se necítil sám a neměl potíže ve škole.



**Smysl aktivity:** Vcítit se do situace osamělého člověka a dokázat mu pomoci dostat se z izolace, někdy i přes nepochopení okolí, což může vyžadovat jistou dávku osobní statečnosti.

**Vhodná forma plnění:** Je to konkrétní případ předchozí aktivity, postupovat tedy obdobně. Důležité je začít – navázat s osamělým člověkem kontakt, zeptat se, zda něco nepotřebuje, nabídnout pomoc, nenechat se odradit případným odmítnutím, jehož příčinou mohou být ostych, obavy apod.

## Maličkost

Martin se vracel jako obvykle ze školy. Všiml si, že chlapci, který jde jen o několik kroků před ním, spadla taška a celý její obsah se válel na ulici. Bez velkých slov se sklonil a pomohl mu nandat věci zpět, tenisky, sešity, knihy, mobil i přehrávač. Zjistil, že bydlí blízko, a tak šli kus cesty spolu. Nakonec skončili u Honzy (tak se kluk jmenoval) doma, popíjeli coca-colu a poslouchali písničky. Zjistili, že mají společné zájmy.

Sešli se tak ještě několikrát, dokonce se přihlásili na stejnou střední školu, byli přijati a stali se spolužáky a přáteli. Přiblížila se maturita. Honza jednoho dne Martina pozval k sobě, musil mu prý něco důležitého říct. „Vzpomínáš si na den, kdy jsme se poprvé setkali?“ vyprávěl Honza. „Nebylo ti divné, že jsem měl v tašce tolik věcí? Nesl jsem si je domů ze školy. Byl jsem totiž rozhodnutý, že to skončím... Jenže pak ses objevil ty, pomohl jsi mi, povídali jsme si, a mně došlo, že jestli to teď skončím, přijdu ještě o spoustu takových prima chvil, jako byla tehdy ta s tebou. Chystám se ti to říct už dlouho, Martine. Tím, že jsi mi tehdy pomohl posbírat věci, jsi mi zachránil život.“



# HRY A PROGRAMY

C.1 Lidé a vztahy

C.2 Moje vztahy

C.3 Komunikace mezi lidmi

C.4 Pomoc druhým



# Každý má své bohatství<sup>48</sup>

## CHARAKTERISTIKA HRY

Cíl	<b>symbolický:</b> každý dává malý kousek ze sebe, něco přináší – svou osobnost, své zkušenosti, dovednosti – v součtu je to velká hromada, kterou se zde navzájem můžeme obohatit <b>praktický:</b> program může přispět k lepšímu poznání účastníků a může se pak na dotyčné obrátit s nějakou otázkou či žádostí o radu či pomoc
Bod stezky	C.1 Vztahy mezi lidmi
Výchovná kategorie	skauti a skautky 13–15 let
Počet účastníků	družina/oddíl
Typ akce	více denní pobyt, tábor
Roční doba	celý rok
Prostředí	kde se dá dobře sedět a je teplo (místnost nebo v létě louka)
Doba trvání	40 až 90 minut (podle počtu účastníků, otázek i jejich vyspělosti)
Čas na přípravu	10 minut
Počet organizátorů	aspoň 2
Pomůcky	kamínky (přinesené účastníky, je dobré mít nějaké v zásobě pro zapomnětlivé), ošátka

## PŘÍPRAVA HRY

Na rituál-hru si předem každý přinese hrst kamínek (aspoň 20). Pokud se programu účastní lidé, kteří pocházejí z různých míst, je symbolicky vhodné, když si kamínky přinesou odtamtud. Program je možno využít i pro vzájemné seznámení na rádcovském kurzu či jiné podobné akci.

## Pomůcky

Kamínky (přinesené účastníky, je dobré mít nějaké v zásobě pro zapomnětlivé), ošátka.

## PRŮBĚH HRY

Účastníci sedí v kroužku, příjemná klidná atmosféra (svíčky, hezké místo uvnitř nebo – je-li hezky – venku). Jeden z organizátorů přečte motivační příběh (*Svatební kytice*). Dva organizátoři: jeden čte otázky, druhý chodí s miskou v kruhu a sbírá kamínky.

<sup>48</sup>) Program se tradičně uskutečňuje pod názvem *Kamínky* jako úvodní rituál na akcích vzdělávacího střediska Gemini, kde byl vymyšlen.

Všichni ostatní se zúčastňují předávání kamínek (kamínky mohou a nemusí dávat i organizátoři – spíše ano).

Po přečtení otázky je kratičká pauza, pak každý, kdo na otázku odpovídá kladně, položí svůj kámen do misky, se kterou obchází druhý organizátor. Po skončení kolečka přichází další otázka atd. Po vyčerpání připravených otázek mohou být účastníci vyzváni, aby ostatním položili svoji otázku.

Pokud je program jako úvodní poznávací aktivita, zde může končit. Jinak je vhodné provést reflexi: *Každý, kdo sedí v kruhu, přináší něco ostatním a celému společenství, nikdo nepřichází s prázdnou jenom brát, každý něco dává ostatním (své zkušenosti, znalosti, ...). To, že něco umím, něco jsem zažil a teď to přináším s sebou a nabízím ostatním, symbolizuje to, že dám svůj kámen na společnou hromádku.*

## Námět na využití symboliky kamínek na závěr tábora či jiného delšího pobytu

Vedle ohně leží hromada větších kamínek (velikost něco mezi pingpongovým míčkem a tenisákem). Během rituálu si každý vezme jeden kámen – nebo ho dostane od vůdce tábora či jiného nosiče kamínek.

*Symbolika:* Každý jsme dali něco ze sebe tábora – to symbolizovaly malé kamínky na začátku. To, co každý z nás dal ve prospěch ostatních, se spojilo, vzájemně obohatilo a já si z tábora odnáším už ne hromádku nesourodých kamínek, ale jeden pořádný kámen.

*Praktický význam* – mám něco hezkého na památku.

## Seznam otázek používaných pro začátek programu na Gemini (nazývaného Kamínky)

1. Kdo je ve skautské organizaci 7 let a déle?
2. Kdo byl jako dítě členem vlčácké smečky nebo roje světlušek?
3. Kdo přečetl alespoň deset knížek Jaroslava Foglara?
4. Kdo měl některého z rodičů skautem?
5. Kdo měl některého z prarodičů skautem?
6. Kdo si jako člen oddílu splnil všechny podmínky druhého stupně skautské zdatnosti?
7. Kdo jako člen oddílu získal aspoň tři odborky?
8. Kdo se účastnil vodáckého putovního tábora?
9. Kdo se setkal se skauty z více než 7 zemí?
10. Kdo byl s oddílem aspoň ve třech cizích zemích?
11. Kdo strávil se zahraničními skauty více než 7 dní?
12. Kdo byl rádcem skautské družiny?
13. Kdo přivedl nováčka do oddílu?
14. Kdo našel pro oddíl nové tábořiště?

15. Kdo samostatně vedl letní nebo zimní tábor?
16. Kdo se podílel na přípravě a vedení putovního tábora nebo expedice?
17. Kdo se podílel na přípravě a vedení akce pro veřejnost?
18. Kdo vymyslel nebo se podílel na vymyšlení hry, kterou si zahrálo aspoň 50 lidí?
19. Kdo se zúčastnil jako delegát aspoň jednoho valného sněmu Junáka (nebo jiné skautské organizace)?
20. Kdo absolvoval lesní kurz?
21. Kdo vydává nebo se podílí na vydávání oddílového, střediskového nebo jiného skautského časopisu?
22. Komu vyšel článek ve veřejném časopise nebo novinách?
23. Kdo napsal aspoň jednu kapitolu do příručky pro členy oddílu, pro rádce nebo podobné?
24. Kdo vystupoval v rozhlase nebo televizi?
25. Kdo sám nebo společně s druhými zachránil někomu život?
26. U koho skauting ovlivnil výběr školy nebo povolání?
27. U koho skauting ovlivnil výběr partnera?
28. Kdo na táborech našel místa v krajině, která má stále v mysli a na která by se rád vrátil?

### Příklad otázek „neskautských“

1. Kdo mí hrát na nějaký hudební nástroj?
2. Kdo ovládá nějaký cizí jazyk?
3. Kdo umí plavat?
4. Kdo umí vařit?
5. Kdo umí opravovat elektropřístroje?
6. Kdo umí druhým pomáhat s počítačem?
7. Kdo umí dobře psát ?
8. Kdo je schopný něco natočit na video?
9. Kdo se zajímá o pomoc rozvojovým zemím?

### Motivační příběh **Svatební kytice**

Petr ležel na rozkvetlé louce za potokem směrem k lesu, kde prožil většinu svého dětství. Co všechno se tu za ty roky událo! Teď však vidí před sebou jen tu jedinečnou tvář, jejíž úsměv v posledních měsících vládl nade vším. Jana! Zítra touhle dobou už Petr a Jana budou svoji. A pak je čeká cesta do nového bytu ve městě, kde oba dostali i práci. I proto se Jana rozhodla, že svatební kytici si nasbírá sama – právě z květin, které jim budou připomínat louky jejich dětství...

Jak tak Petr leží, hledí vzhůru a z modra oblohy se k němu sklání Jana, zdá se mu, že slyší různé drobné hlásky. Hlásky? Není to jen šelest cvrčků? Nebo vzdálený bzukot čmeláka? Ne – nic z toho. Opravdu tu někdo mluví...? Těžko rozsoudit, když Petr skutečně usnul. Ale aspoň můžeme nahlédnout do jeho snu. Tam totiž ty hlásky znějí jasně a srozumitelně. Právě tam někdo říká:

*„Myslíte, že se jí má žlutá hlava bude líbit? Neleskne se moc? A není to vůbec trapné, že mám tak dlouhý krk?“*

A vzápětí jiný hlas volá: „*At dělám, co dělám, pořád jsem strapatá – a k tomu ještě modrá. Dřív jsem si myslela, že je to tak v pořádku, ale teď mám tedy broznu trému, jestli si mě Jana vybere. K tomu ještě ty moje chlupaté listy...*“

Jenomže to už zase volá někdo jiný: „*Kdybych já měla aspoň jednu jasnou barvu, ale co ta moje strakatina! To se přece už dneska nikde nenosí...*“

A odkudsi z větší výšky zaznělo: „*Nosí, nenosí – aspoň ti nikdo neotrhává lístky a nebrumlá při tom 'má mě rád, nemá mě rád'. Já všude vyčubuju – a jistě proto se nakonec na mě nedostane.*“

Načež odkudsi zazněl zvonivý smích: „*Teda dámy, jak vás poslouchám, jste najednou jedna skromnější než druhá – a přitom se ve slunci vypínáte den co den velmi sebevědomě. To já tu svou hlavu pokorně skláním, protože ji ani pořádně nemůžu unést. To bude důvod, proč si mě Jana nevybere!*“

Skutečně: na té louce probíhal hotový sněm květin, z nichž každá toužila být vybrána do svatební kytice, kterou si zítra bude z nich tvořit Jana. Pryskyřníky, chrpy, violky, kopretiny, zvonky – a také hvozdíky, chrastavce, hrachory, čekanky, hlaváčky, jetel i lomikámen. Zatím si na louce žily docela bezstarostně, moc se nestaraly o to, jak působí a čím jsou vlastně pro louku důležití, ale teď bylo všechno jinak. Tenhle byl moc červený, ten zase dlouhý, té chyběla výraznější vůně, tenhle se naopak za ni styděl...

„*Docela by se tu odborník na květinové komplexy vyřádl,*“ pomyslel si v tom snu docela pobaveně Petr – když zaslechl jen takové vzdychání. Jako tiché smutné ševelení. Docela blízko. Aha – to vzdychala tráva lipnice hned vedle Petrovy hlavy.

„*Proč vzdycháš, lipnice?*“ zeptal se jí účastně Petr.

„*Ále – jak nemám vzdychat, když slyším, jak tu všechny ty květiny, daleko krásnější než já, vykládají, jak se asi do té Janiny kytice nedostanou. To já nemám vůbec šanci. Já jsem jen obyčejná tráva, které si nikdy nikdo nevšimne. Co já bych asi tak v té svatební kytici dělala?*“ – a zase se pohroužila do svého tichého naříkání.

Petr ji chtěl nějak potěšit, jenomže najednou všechno zmizelo – a slyší docela jasně a zblízka Janu, jak napůl překvapeně, napůl rozesmátě říká: „*Jé, Petře, vždyť ty jsi tady usnul. Pojd' rychle, všichni už na nás čekají!*“ A události skutečně nabraly překotné tempo – jak to zpravidla v posledních hodinách před svatbou bývá. Takže ani s Janou nestihl pohovořit o tom svém zvláštním snu – a pak už na něj vlastně skoro zapomněl. Vždyť ho čekaly události daleko důležitější...

Teprve když Janu spatřil, jak vystoupila ve svatebních šatech před kostelem z auta i s kyticí v ruce, vzpomněl si Petr znovu na sen na louce... Byly tam. Všechny: kopretiny se žlutými terči a bělostnými okvětními kvítky, modravé chrpy i zvonky, výrazně žluté pryskyřníky stejně jako malé violky... A všechny obepínal kruh vytvořený z jemných hlaviček trávy lipnice. I pro ni tam bylo místo. I díky ní byla ta kytice skutečně krásná.

# Semafor<sup>49</sup>

## CHARAKTERISTIKA HRY

Cíl	naučit se usměrnit negativní emoce, zvládnout přiměřeným způsobem hněv, strach, agresi
Bod stezky	C.2 Moje vztahy
Výchovná kategorie	skauti a skautky 12–15 let
Počet účastníků	družina, oddíl
Typ akce	schůzka, vícedenní pobyt, tábor
Roční doba	celý rok
Prostředí	klubovna, táborová jídelna
Doba trvání	3 schůzky po 45 minutách
Čas na přípravu	15 minut
Počet organizátorů	1

## PŘÍPRAVA HRY

### Úvod/motivace

Hádejte, čeho se bojím? Vedoucí (dospělý) vypráví svou nebo zprostředkovanou zkušenost se strachem. Velmi dobrým příkladem je fobie, která působí silně a není obvykle racionálně zdůvodnitelná. Jaký důsledek měl tento strach? Mohu se jím v životě řídit a jednat podle něj? Dostáváme se k nutnosti strach zvládnout.

### Příběh ze života

*Já osobně se bojím motýlů. Jednoho dne mi vlétl do jedoucího auta oknem motýl. Můj pocit byl jasný: potřebuji se okamžitě dostat ven z auta. Nejlepší by bylo otevřít dveře a vyskočit. Je jasné, že takto jednat nemůžu, při výskoku bych ohrozila život svůj i životy jiných. Je jediné řešení – zvládnout strach. Jak?*

### Pomůcky

Papíry, pastelky nebo fixy

### PŘUBĚH HRY

Kreslíme obrázek semaforu. Rozebíráme význam jednotlivých světel. Na jejich symbolice vysvětlujeme systém usměrňování emocí (zejména afektů, jako je např. strach, vztek).

49) Podle Nováková, Marie a kol. *Učíme etickou výchovu*. Praha: Etické fórum ČR o.s., 2006.

*Červená barva symbolizuje příkaz: „Zastav!“*

*Cítíš afekt? Nejednej, zastav se! Uklidni se! Pozvi na pomoc rozum!*

*Oranžová barva říká: „Připrav se!“*

*Zvaž situaci. Promysli její závažnost. Dá se zvládnout? Jak? Můžeš využít pomoci někoho?*

*Zelená barva doporučuje: „Jed!“*

*Máš-li promyšlenou taktiku, v klidu jednej. Ty situaci zvládneš. Máš na to!*

Nyní vedoucí s pomocí dětí aplikuje na svůj příběh semafor. V podání vedoucího slyší děti příběh správný (jednala jsem podle semaforu) a špatný (nejednala jsem podle semaforu – popíšu důsledky špatného jednání). Poté děti doplňují své zážitky a aplikují semafor na svůj problém.

## **Příklady příběhu na hněv**

Příští schůzku a při dalších příležitostech se k problematice zvládnání různých negativních vnitřních hnutí pomocí semaforu vracíme.

Na konkrétních situacích v oddíle je potřebné se k používání semaforu vracet a procvičovat jej, aby se stal běžným pomocníkem pro řešení emočně náročných situací v životě.

# Non verbum<sup>50</sup>

## CHARAKTERISTIKA HRY

Cíl	cvičení neverbálních vyjadřovacích schopností a týmová spolupráce
Bod stezky	C.3 Komunikace mezi lidmi
Výchovná kategorie	skauti a skautky 13–15 let
Počet účastníků	oddíl
Typ akce	schůzka, vícedenní pobyt, tábor
Roční doba	celý rok
Prostředí	místnost nebo louka
Doba trvání	1 hodina
Čas na přípravu	10 minut
Počet organizátorů	1

## PŘÍPRAVA HRY

### Úvod/motivace

Při poslechu mluveného projevu vnímáme jen asi ze čtyřiceti procent obsah slov. Názor na mluvčího si tvoříme ze šedesáti procent (ženy až ze sedmdesáti) podle neverbální komunikace: mimiky, gest, intonace, způsobu chůze a dechu. Jsme schopni tyto signály správně vyhodnocovat? Nejsou kořeny našich konfliktů s okolím právě v tom, že nejsme dostatečně čitelní?

### Pomůcky

Papír, tužka, židle, opona (provaz a příkrývka)

### PRŮBĚH HRY

Hráči se rozdělí do družstev po pěti členech a vyberou si pět emocí, které budou předvádět. Emoce jsou rozděleny podle obtížnosti do dvou skupin – A, B. Ve skupině B jsou těžší úlohy a za každou správně předvedenou emoci lze získat dva body, za emoce ze skupiny A jen jeden bod.

Během deseti minut se mezi sebou hráči v družstvu domluví, kdo bude kterou emoci a jakým způsobem předvádět. Základní požadavek: všichni se musí vystřídat.

50) Podle Nováková, Marie a kol. *Učíme etickou výchovu*. Praha: Etické fórum ČR o. s., 2006.

Způsob předvádění:

- ▶ Intonace – četba, přednes neutrální věty (všichni mají k dispozici stejnou větu).
- ▶ Gestikulace – emoce se předvádějí jen rukama (zde využíváme improvizované opony).
- ▶ Mimika – emoce předvádíme pouze obličejem.
- ▶ Chůze – projdeme místností a dosedneme na židli.
- ▶ Dech – emoce vyjádříme dýcháním.

Na přehledném místě vyvěsíme seznam emocí seřazených do dvou skupin podle obtížnosti. Před publikum postupně předstupují delegáti družstev, oznámí, jakým způsobem budou emoci předvádět a ve které skupině je emoce zařazena. Neprozradí však, kterou emoci si zvolili.

Po předvedení jednotlivé týmy odhadují, která emoce byla předvedena. Na daný pokyn vyhlásují společný úsudek. Za správné určení si družstvo počítá bod. Předvádějící získá pro svůj tým bod tehdy, když jím znázorněnou emoci poznala aspoň polovina družstev. Jeho vlastní tým se odhadování pochopitelně neúčastní. Jestliže emoce patřila do skupiny B, započítává si úspěšný hráč 2 body. Po předvedení všech emocí si týmy sečtou získané body. Zvítězí družstvo, které bude mít nejvyšší součet.

## Navrhované emoce

A – strach, vztek, smutek, radost, tupost, štítivost, nadšení, nervozita, vzdor, uvědomělost, zamilovanost, chlípnost, upjatost, zoufalství;

B – něha, osamělost, naděje, podlézavost, nedočkavost, vulgárnost, vroucnost, ukřivdění, skepse, nadřazenost, apatie, nadřazenost, žoviálnost, pohrdání, nejistota, chlad, odmítání, touha.

## Metodické poznámky

Hra se hodí pro menší počet hráčů, 25 je skutečné maximum. Týmy mohou být i tříčlenné, každý může předvádět více emocí několikaletým způsobem. Dynamice hry to prospívá. Organizátor se stará o udržení rychlého tempa. S překvapením si uvědomíme, jak velkou roli v komunikaci hrají neverbální projevy. Hráči mají možnost projevit tvořivý přístup k řešení úkolů, je oceňována originalita a vtip.



# Cesta životem<sup>51</sup>

## CHARAKTERISTIKA HRY

Cíl	učít se reálně hodnotit své síly při pomoci druhým
Bod stezky	C.4 Pomoc druhým
Výchovná kategorie	skauti a skautky 13–15 let
Počet účastníků	družina/oddíl
Typ akce	vícedenní pobyt, tábor
Roční doba	celý rok, ne velký mráz
Prostředí	členitý terén s převýšením, v rámci kterého je dobře určitelná trasa
Doba trvání	90 až 150 minut (podle počtu účastníků a délky trasy)
Čas na přípravu	60 minut
Počet organizátorů	aspoň 5

## PŘÍPRAVA HRY

S družinou či oddílem starších skautů a skauetek je možné jako dobrou modelovou simulační hru po řešení náročných situací a správné hodnocení vlastních sil a schopností uskutečnit následující program:

### Motivace

V životě si neseme různé zátěže, které souvisejí s tím, co jsme zdělili i co jsme zažili. Ale k tomu si často přibíráme ještě další „náklad“ tím, že se snažíme druhým pomáhat, „řešíme“ těžkosti jejich života, snažíme se jim ulehčit v jejich trápení atd. Důležité přitom je, abychom sami pod takovým nákladem neklesli. Musíme tedy umět dobře si všimnout potřeb druhých, ale také dobře vážit své vlastní možnosti.

### Pomůcky

Materiál na zátěže (písek, štěrk), pevné pytlíky, batoh pro každého hráče, materiál na označení trasy, další pomůcky podle úkolů na kontrolách.

## PRŮBĚH HRY

Hráči vytvoří dvou až čtyřčlenná družstva. Družstva by měla být aspoň tři. Členitou trasu v délce 3 až 6 km absolvují hráči se zátěží, kterou si nesou v batohu na zádech a kterou si sami vyberou na začátku před startem (pro vytvoření zátěže jsou nejlepší pevné pytlíky s pískem o váze 1 kg, z nichž si účastníci složí svůj náklad). Vědí přitom,

51) Jedná se o modifikaci hry *Žízeň po životě* z Prázdninové školy Lipnice – *Zlatý fond her II*, str. 139.

že v průběhu trasy budou na některých stanovištích moct zátěž snížit tím, že její část předají někomu v družstvu nebo ji zanechají na stanovišti. Ale také budou moct zátěž zvýšit – přibráním několika dalších jednotek (pytlíků). Všechny změny zátěže probíhají na základě rozhodnutí hráčů a jejich domluvy. Vědí totiž, že o celkovém úspěchu ve hře rozhodne součet odnesených kg během celé trasy násobený počtem úseků, po něž je nesli, a dělený součtem jejich osobní váhy. Pro ilustraci uvádíme konkrétní příklad:

*1. hráč nesl od startu k 1. stanovišti 12 kg, ke druhému 15 kg, tak pokračoval i ke 3. stanovišti, kde přibrál další 2 kg, takže ke 4. stanovišti nesl 17 kg. Tam předal 4 kg 2. hráči a došel do cíle. Celkem tedy nesl  $1 \times 12 + 1 \times 13 + 2 \times 15 + 1 \times 17$  kg = 72 kg/trasu. Jeho váha je 55 kg.*

*2. hráč odstartoval s 15 kg a došel s nimi až na druhé stanoviště, kde si přidal ještě 4 kg, na třetím odevzdal 5 kg, na čtvrtém převzal od 1. hráče 4 kg a s tím došel do cíle. Celkem tedy nesl  $2 \times 15 + 1 \times 19 + 1 \times 14 + 1 \times 18$  = 81 kg/trasu. Jeho váha je 60 kg.*

*Družstvo tedy získá  $(72 + 81) / (55 + 60) = 1,33$  bodů.*

Úseků na trase (které by měly být přibližně stejně dlouhé) by mělo být tolik, aby jejich délka nepřesáhla 1 km. Na stanovištích je možné též ještě plnit nějaký úkol. Pro délku pohybu na trase by měla být stanovena reálná hranice (3 km – 1 hodina, 6 km – 2 hodiny).

***Velmi důležité je provést následné zhodnocení (review i reflexi) zvláště s důrazem na rozhodování o přijetí zátěže a jejího zvýšení/snížení.***

C.1 Lidé a vztahy

C.2 Moje vztahy

C.3 Komunikace mezi lidmi

C.4 Pomoc druhým



# PŘÍLOHY

# Nejčastější komunikační triky a možná obrana<sup>52</sup>

1. **Komplikování** (poukaz na komplikovanost věci, zastírání neznalosti).  
Obrana: požadavek na konkretizaci a vysvětlení toho, v čem ona komplikovanost vlastně spočívá.
2. **Tvrzení** (kategorické výroky bez zdůvodnění).  
Obrana: dotaz na argumenty (kdo tvrdí, na základě čeho), zachovat klid, neútočit a nebránit se podobně jako při reakci na kritiku.
3. **Odbočování od tématu** (někdy od věci k osobě).  
Obrana: zdůraznit dotyčnou věc a setrvání u ní, na osobní útoky nereagovat.
4. **Kladení otázek** k odvedení pozornosti, k zastrašení apod. (např. „To myslíte vážně?!“, k vyjádření kritiky např. „Kdo přišel na takový nesmysl?!“ atd.).  
Obrana: nenechat se odvést od tématu, nezabývat se otázkami na nepodstatné věci, ignorovat kritiku a odbočování.
5. **Zneužívání paralingvistiky a extralingvistiky** (zvyšování hlasu, výrazná gesta a mimické projevy apod.).  
Obrana: nedat se zastrašit, nenechat se vyprovokovat ke stejné reakci či k agresivním projevům.
6. **Vyjádření typu ano, ale** (něco se připustí, ale hned se to zpochybní).  
Obrana: výzva k rozvedení a upřesnění té části, s níž druhá strana souhlasí (to, co je před „ale“).
7. **Nenápadné zdůrazňování slov** jejich zařazením na konci výroku („Návrh má výhody, ale i nedostatky“ vyzní jinak než: „Návrh má nedostatky, ale i výhody“).  
Obrana: obrátíme pořádek slov tak, abychom zdůraznili jinou část tvrzení.
8. **Odmítání rozhodnout** (v situacích existence rovnocenných alternativ při nezájmu nebo neochotě podrobněji je analyzovat apod.) – nerozhodnout je často horší než přijetí kterékoliv alternativy.  
Obrana: analyzovat alternativy a jak jen je to možné, za daných okolností podněcovat přijetí určitého rozhodnutí (ale ne nátlakem).
9. **Zneužívání rozdílného chápání stejných slov** – k vyhocení situace vede například absence snahy pochopit druhou stranu či odmítání vysvětlení a trvání na svém výkladu. Jiným příkladem je podle rčení o koze a voze, když každá strana má na mysli jiný předmět hovoru, aniž by to bylo hned zřejmé.  
Obrana: sjednocení předmětu debaty a obsahu podstatných pojmů, vyjasnění komunikační situace.
10. **Logické chyby**
  - ▷ **Generalizace** (neoprávněné zobecnění, přecenění významu jednotlivostí a nepodstatných jevů).  
Obrana: stanovení odpovídajícího významu příslušného jevu nebo tvrzení.

52) Převzato – stejně jako další dvě části této přílohy – z PAULÍK, Karel. *Psychologické základy lidské komunikace* [online]. Ostrava, 2007 [cit. 2013-06-04]. Dostupné z: <http://projekty.fs.vsb.cz/415/psychologicke-zaklady-lidske-komunikace.pdf>. Fakulta strojní VŠB – TU Ostrava.

- ▷ **Nesprávný úsudek** (vyvození neoprávněného či nepravdivého závěru z pravdivých premis např. A. Žádný z mužů přítomných ve studijní skupině se nepřipravil na určitý seminář. B. Nově přichází je muž. Závěr: Nově přichází není na seminář připraven.)  
Obrana: věcný a logický rozbor tvrzení.
  - ▷ **Záměna existenční a většinové situace** (existenční situace jsou takové, kdy nějaký jev sice existuje, ale pro určitou situaci nemá podstatný význam, jak je tomu v situaci většinové. Zločinec je zločincem, i když spáchá jen jeden závažný trestný čin a drtivá většina jeho dalších skutků nebyla trestně závadná).  
Obrana proti těmto logickým chybám spočívá v důsledném věcném porozumění situaci s uplatněním logických pravidel.
- 11. **Zneužití statistiky** (uvedení statistických údajů, které jsou pro dotyčné skutečnosti nepodstatné, např. dokládání kvality vzdělávání prostým počtem škol na určitém území).  
Obrana: věcné posouzení statistických údajů.
- 12. **Zneužívání vazeb** (spojováním potvrzení nebo vyvrácení argumentů s pozitivními nebo negativními znaky osobnosti či jevů. Např.: Každý rozumný, slušný... člověk musí potvrdit...“ nebo „něco podobného může tvrdit jen hlupák, nevzdělanec, nevychovanec...“).  
Obrana: zpochybnění takových vazeb věcným rozhovorem a argumentací.
- 13. **Záměrné zkreslení** (výroky druhé strany jsou interpretovány záměrně jinak, než byly míněny, přitom jsou např. překrouceny, vytrženy z kontextu, bagatelizovány apod.)  
Obrana: důsledný rozbor skutečně řečeného s případným objasněním.
- 14. **Větší pozitiva nebo negativa** (ke snížení větších zásluh nebo k posuzování problémů a těžkostí jako méně závažných se uvádějí jiné, kdy klady či zápory byly větší – a bez ocenění, respektive bez uznání, odškodnění apod. Příklady: odmítnutí pochvaly za pozitivní jednání nadřizeným s jeho poukazem na vlastní záslušnější činy také neoceněnými. Tvrzení typu: „Mně taky nikdo nic nedá“. „Já když jsem začínal, měl jsem plat ještě mnohem nižší než vy, a šéfa ani nenapadlo nějaké zvyšování“ atd.).  
Obrana: poukaz na reálné rozdíly srovnávaných situací. Každou z nich je třeba posuzovat samostatně. Není žádný důvod, aby existence nějaké nespravedlnosti nebo jiného nežádoucího stavu ospravedlňovala jejich opakování v dalších situacích.
- 15. **Nehorázná (a vědomá) lež**  
Obrana: neztrácet čas rozbořem důvodů a hledáním odpovědi (bránit se nepravdivému napadení). Podle situace upozornit na nepravdu případně další účastníky diskuse nebo mluvčího (pozor na útoky uživatele nebo popírání, že dané tvrzení použil).

# Asertivní techniky

1. Přeskakující gramodeska
2. Sebeotevření
3. Otevřené dveře – přijetí pravdivé, či nepodstatné části kritiky
4. Dotaz na negativa – pozor na konflikty!
5. Negativní aserce = přijetí vlastních záporů, chyb
6. Selektivní ignorace (nepodstatné, u afektu)

## Přeskakující gramodeska

Spočívá v klidném opakování (stejných nebo podobných slov) vyjadřujících naše stanovisko, požadavek, zájem atd. Přitom se nenecháme vtáhnout do široké zavádějící diskuse rozměňující problém. Nereagujeme ani na zavádějící argumentaci, vysvětlování či útok. Je důležité kontrolovat svou intonaci hlasu mimiku a gesta (pozor na to, abychom nevyvolali dojem ironie, nátlaku apod.).

## Sebeotevření

Vyjádření vlastních pozitivních či negativních pocitů bez úzkosti, rozpaků, vnitřního napětí a agrese. Délka i obsah sdělení je plně v našich rukou. Skončíme v okamžiku, kdy chceme, a zachováme si pocit vnitřního klidu a pohody.

## Otevřené dveře

Uznáváme tu část argumentace protivníka, která je pravdivá. Tu očividně přijímáme. Další kritické výhrady ignorujeme. Při troše dobré vůle lze poměrně často nalézt něco, co se v tvrzení jiných blíží pravdě alespoň částečně. Není vždy nutné na vše reagovat, se vším polemizovat. Přiznáním, že druhá strana může mít v něčem pravdu, jí vlastně znemožníme dále kritické argumenty rozvíjet.

Je to jako, když někdo chce silou vyrazit dveře, o nichž předpokládá, že jsou zamčené. Je připraven na odpor a náraz. Dveře se však těsně před ním bez odporu otevírají. Energie vyvinutá na překonání očekávaného odporu je tak zbytečná. Vynaložené úsilí se mívá účinkem a vychází naprázdno nebo dokonce přináší nežádoucí důsledky.

## Selektivní ignorování

Potvrdíme, že jsme řečenému rozuměli (slyšeli), ale nijak se nevyjadřujeme k manipulativní kritice (útoky), byť nepřijemnému. Nebráníme se, nekomentujeme, neútočíme, nevysvětlujeme. Zkrátka reagujeme jen na část z toho, co bylo řečeno, a to na tu část, která je v podstatě neproblematická, neutrální.

## Dotaz na negativa

Ptáme se na vlastní nedostatky, žádáme další kritiku sebe, svých nedostatků, popřípadě žádáme detailní rozbor kritizovaného chování. Můžeme se také tázat na důvody

protivníková rozhořčení („Co je na tom tak špatného?“ „Co ti na tom vlastně tak vadí?“ „Proč tě to tak rozčiluje?“ „Ještě něco ti vadí?“). Dotazování nesmí být ironické. Ke všemu přistupujeme s nadhledem (nikdo není dokonalý). Je zde ovšem riziko, že vyprovokujeme větší kritiku, než druhá strana původně zamýšlela. Je dobré si uvědomit, že hyperkritika obvykle velmi úzce souvisí s nespokojeností člověka se sebou samým, s těžkou situací, ve které se nachází. Útočící tak promítá do druhého to, co mu vadí na sobě samém, aniž by si toho byl vědom.

## **Negativní aserce**

Souhlasíme s kritickými výhradami ke svému chování a bez dalšího komentování nebo odporování je přijmeme. Nebráníme se, neútočíme. Díky zachovanému klidu máme příležitost bez napětí posoudit své chování s ohledem na názor okolí. Také tato technika může vyprovokovat druhou stranu k důraznější kritice.



# Kritika

V lidské interakci nastává nezřídka situace, kdy jsou lidé nespokojeni s chováním a činy, případně vlastnostmi, jiných lidí. Pak je výrazem aktualizované potřeby nespokojenost vyjádřit, případně výrazem snahy nějak neuspokojivý stav věcí změnit právě **kritika**.

**Kritika**<sup>53</sup> (z řeckého *krinein* a *kritiké techné*, umění rozlišovat a posuzovat) znamená jako *činnost* hodnocení, posouzení, ocenění. Účelem a smyslem kritiky je analyzovat, rozlišovat, hodnotit, a to jak v pozitivním, tak v negativním slova smyslu.

Reakce člověka i na oprávněnou a konstruktivní kritiku bývá nejednou spojena s negativními emocemi i agresivním chováním, což pak nezřídka vede k omezení žádoucího efektu celého komunikačního aktu, jehož součástí kritické informace jsou. Proto je potřebné věnovat pozornost i způsobu sdělování kritických soudů druhým lidem v souvislosti se snahou o racionální komunikaci.

Chceme-li předejít nedorozumění v komunikaci a jeho negativním dopadům na její další průběh i výsledky, je třeba vyjadřovat kritiku **pokud možno taktně tak**, aby u kritizovaného nevznikl nutkavý dojem, že je napaden, ohrožen ve své důstojnosti, vážnosti a důležitosti atd.

Proto je důležité dát od začátku najevo, že kritiku míníme dobře, že její **uplatnění je v zájmu obou stran, že chceme kritikou pomoci a zřetelně vymezit to, co kritizujeme** (konkrétní aktivity a jejich výsledky, nikoliv člověka jako takového, jeho vlastnosti), a ubezpečit, že kritikou se zásadně nenarušuje náš celkový vztah k dotčenému jedinci.

## Další doporučení pro taktní kritiku

1. Kritizovaného nejdříve pochval, teprve pak vytýkej nedostatky.
2. Kritiku zaměřuj podle možností na širší okruh osob včetně sebe, chval dotčeného (pokud možno říci, že kritika se týká vlastně nás všech – nezvládli jsme, spletli jsme se MY, chvála je adresná – udělal jsi to dobře TY).
3. Navrhni řešení.
4. Dej kritizovanému možnost čestného ústupu.

## Zvládání a přijímání kritiky

V lidské komunikaci má kritika různé **funkce: pozitivní** (náprava chyb, zlepšení stavu apod.) i **negativní** (zastření, ponížení apod.). Kritika se může stát nástrojem manipulace a často i zdrojem vystupňování konfliktu.

*V každém případě není vhodné ji odmítat jako takovou.* I v kritice celkově negativně cílené je nezřídka možné najít užitečné podněty. Asertivnímu zvládnutí kritiky druhými můžeme sami napomoci, pokud dokážeme **vyjádřit** slušným neurážejícím a nedegraduujícím způsobem, **co se nám nelíbí na druhém** a na jeho činech. Jak již bylo zmíněno, doporučuje se zřetelně **odlišit kritizované činy a osobnost jedince** jako takovou (kterou jako celek – což zdůrazníme – nekritizujeme).

53) Kritika. In: *Wikipedia: the free encyclopedia* [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2001– [cit. 2013-06-04]. Dostupné z: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Kritika>

# Hodnocení výchovných výsledků

Výchova<sup>54</sup> je krásná činnost, dokonce jedna z nejkrásnějších. Je to vlastně umělecká tvorba, jejímž dílem je dobrý a šťastný člověk<sup>55</sup>. Tedy pokud se to povede.

A právě v tom je ten háček: To, jestli se to povede, se pozná za dost dlouhou dobu.<sup>56</sup> Já – protože jsem začal s výchovou první generace „svých včát“, když mi bylo kousek přes 17 let – mám možnost dnes vidět (aspoň některé) tehdejší sedmi a osmileté klučíky jako současné padesátníky. A to už je dost dlouhý časový úsek, ze kterého se skutečně dá o jejich životní cestě leccos podstatného poznat. Ale stále mám v živé paměti svůj zážitek z jednoho setkání u táborového ohně na lesní mýtině u Nedrahovic, kde jsme v 70. letech tábořili, kdy po čtyřech letech vedení těchto kluků mnou poprvé spontánně projela jakási jistota, že to, oč jsem se do té doby snažil, mělo opravdu smysl. Tam u toho kruhu už nesvítal a nehrál jen oheň, ale cosi hrálo a svítilo i z těch hochů. Jak mluvili o právě prožitém dni, jak si naslouchali, jak dokázali mlčet.

Edy

Podobně, jako když jdeme na delší pouť, potřebujeme – dřív, než definitivně dorazíme do cíle – aspoň čas od času zkontrolovat, jestli „držíme směr“. Výsledek našeho výchovného působení definitivně prověří až dospělý život těch dnešních dětí a dospívajících, přesto je pro nás podstatné, abychom i průběžně získávali dostatečně reprezentativní poznatky o kvalitě našeho snažení. Zkrátka bez dobré „zpětné vazby“ se neobejde žádný živý „systém“, má-li dobře fungovat. Předpokládám, že i u tebe v oddíle máte vytvořený nějaký funkční způsob hodnocení činnosti. Zkus si ten váš systém zpětné vazby promyslet a cvičně zodpovědět následující otázky:

A co že má tohle všechno společného s novou stezkou? Docela hodně:

- a) Stezka poskytuje – prostřednictvím návrhů aktivit – určitá kritéria (indikátory), kterými se dá v rámci možností testovat, jak to s účinností té naší výchovy vypadá; tím samozřejmě není řečeno, že se to nedá dělat i jinak (samozřejmě, že dá – proto je ve stezce dána možnost aktivity modifikovat a dokonce vymýšlet nové), ale přece jenom pro určitou základní orientaci přinášejí aktivity stezky docela silný nástroj pro zjišťování toho, jestli naše výchova vůbec k něčemu směřuje.
- b) Stezka byla vytvořena cestou (je podrobně popsána v metodice *Jak pracovat se stezkou* v kapitole *V čem máme děti rozvíjet?*), pro niž je zásadní, že vychodiskem byly skautské principy, poslání a metoda, a cílem dospělý skaut či skautka

54) Výchova je cílevědomá, plánovitá a všestranná činnost směřující k přípravě člověka pro jeho společenské úkoly a osobní život. Působí na procesy lidského učení a socializaci s cílem přeměny člověka po všech stránkách, tedy tělesné i duševní. Jejím cílem je předávání znalostí, dovedností a postojů (kompetencí), které jsou přítomny v dané společnosti a které se pokládaly a pokládají za důležité napříč generacemi. Zajímavý je také etymologický původ slova „výchova“, neb znamená: „táhnout vzhůru“, „náležitě ohýbat“, „vytáhnout odněkud někam“. <http://cs.wikipedia.org/wiki/V%C3%BDchova>

55) Ve skutečnosti by tím měl získat i vychovatel – i on by měl být výchovou proměňován v dobrého a šťastného člověka. Už významný ruský pedagog Anton Semjonovič Makarenko (konec 19. stol. počátek 20. stol.) hlásal, že výchova je oboustranný proces. A ve druhém plánu tím získává i celá společnost.

56) Myslíme, že to je jeden z podstatných důvodů, proč je pobyt na mateřské (rodičovské) dovolené prožíván mnohými jako období z hlediska „seberealizace“ ne příliš plodné a proč je vůbec činnost matky v domácnosti stále chápána jako málo významná ve srovnání s jinými pracovními aktivitami.

naplňující svým životem ideály vyjádřené v Chartě českého skautingu.<sup>57</sup> Tím je dobrým návodem na cestu k cíli, o němž skauting usiluje, i pro další oddílové činnosti. Vždyť „ne samou stezkou je živ skautský oddíl“ 😊

- c) Ve stezce je šesti oblastmi pokryto v zásadě vše podstatné, v čem by měli být skauti a skautky během své „skautské kariéry“ od světlušek a včlat až k dospělosti rozvíjeni. Z toho vůbec neplyne – jak zdůrazním ještě o kus dále, že plněním stezky se vyčerpává všechno důležité, čím je možné ve skautském oddíle takový rozvoj podporovat. Ale plyne z toho aspoň to, že pokud se budou v oddíle stezky opravdu řádně plnit, v určité míře se žádná z oblastí podstatných pro rozvoj neopomine.
- d) A konečně: poptivě plnění nové stezky je vyloučené bez toho, že by se stala skutečně pevnou součástí pravidelného programu (a tím i celoročního plánu). Pokud se to tedy ve vašem oddíle uskuteční, bude aspoň do určité míry i zajištěné, že celoročním programem budete opravdu směřovat k naplňování cílů, které jsou pro naši skautskou výchovu zásadní.

Tahle nová stezka – pokud ji budete používat tak, jak se používat má – vám v oddíle poskytne možnost přece jenom průběžně vyhodnocovat kvalitu vašeho výchovného působení s větší jistotou, než je to dosud ve většině oddílů běžné. A to pokládám za velice důležité. Jak pro vás samotné, tak i pro váš kontakt s rodiči a komunikaci s veřejností. My velice naléhavě potřebujeme přesvědčit i veřejnost o tom, že ta naše výchova přináší skutečné výsledky. A potřebujeme ji o tom přesvědčovat průběžně – ne až za pětadvacet let 😊

## OSOBNÍ RŮST A JEHO HODNOCENÍ

- ▶ **Co pokládáme za hlavní kritéria hodnocení účinnosti naší výchovy?**
- ▶ **Jak poměříme naše výchovné výsledky tím, k čemu má vést skautská výchova (jak to stanovují naše principy, poslání a metoda)?**
- ▶ **Jak máme zajištěno, že takové hodnocení dlouhodobě neopomijíme?**
- ▶ **Jaká je skutečná souvislost mezi cíli naší výchovy a naším celoročním programem?**

O zpětné vazbě budu ještě chvíli pokračovat. Do této chvíle to bylo o tom, jak získáš ty nějakou vypovídající zpětnou vazbu o svém (resp. vašem) výchovném snažení. A teď půjde o to, jak kvalitní zpětnou vazbu budeš ty a tvoji spolupracovníci poskytovat dětem v oddíle. V tomhle je totiž nová stezka opravdu mnohem

57) Charta českého skautingu o tom, jaké lidi máme vychovávat:

- ▶ Lidé charakterní a zodpovědní, kteří věří, že život je příležitostí ke službě.
- ▶ Lidé otevření budoucnosti a schopní na sobě stále pracovat.
- ▶ Lidé činní a rozhodní, nenechající se vláčet okolnostmi, ale aktivně utvářející svůj život.
- ▶ Lidé praktičtí a tvořiví, kteří umějí najít řešení a dotáhnout je do konce.
- ▶ Lidé samostatní, schopní postarat se o své potřeby a zároveň otevření spolupráci s druhými.
- ▶ Lidé plně zapojení do života v různých společenstvích, snažící se o dlouhodobé rozvíjení vztahů, vytváření pevných vazeb a sítí vzájemné podpory.
- ▶ Lidé, kterým nechybí sebedůvěra a radost.
- ▶ Lidé, kteří uznávají duchovní hodnoty přesahující materiální svět a dávající životu smysl a směr.

silnějším nástrojem, než ta dosavadní – ale tím také vyžaduje mnohem víc tvého času a energie. V metodice *Jak pracovat se skautskou stezkou* jsme doslova napsali: *Tohle je v jistém smyslu ta nejzajímavější část plnění nové stezky. Tedy aspoň z hlediska vůdce/vůdkyně, kteří vychovávají. Tady se totiž člověk o těch „svých dětech“ dozví velice mnoho. A také o sobě – o svých pedagogických schopnostech, o tom, jak dokáže pravdivě vyhodnotit výsledek své práce.*

Princip, podle kterého je úspěšnost plnění stezky podstatně vztažena k aktuální situaci dítěte (a ne k normám platným pro všechny děti bez ohledu na jejich výchozí situaci), je snadno obhajitelný, když se díváme na každé jednotlivé dítě zvlášť. Pak je respekt k jeho aktuální úrovni „kompetencí“ nepochybně významným pomocníkem k tomu, aby dítě bylo optimálně motivované k plnění dalších úkolů, které ho mohou osobně rozvíjet. Potíž je ale v tom, že ty budeš častokrát muset hodnocení provádět za přítomnosti ostatní dětí. A tam má tenhle princip vztaženosti k individuální úrovni dítěte velkého konkurenta ve značně vyhraněném „smyslu pro spravedlnost“ v typickém dětském pojetí: *spravedlnost = všem absolutně stejně*. Respektování odlišností výchozích podmínek jednotlivých dětí – zejména pokud nejsou do očí bijící (jako například markantní věkový rozdíl) – je z hlediska dětského chápání *nespravedlivé*.

Co s tím tedy můžeš účinně dělat, aby zůstal onen důležitý princip přiměřenosti zachovaný (protože jeho respektování je skutečně důležité nejen z hlediska „plnění“ stezky, ale opravdového osobnostního růstu každého dítěte) a současně aby v dětech nerostl pocit, že jednáš nespravedlivě? Možná, že by se to – aspoň většinou – dalo zařídit tak, aby hodnocení probíhalo vždy jen „soukromě“. Ale – i když budu odhlížet od organizačních i jiných potíží, které by důsledné dodržování téhle metody s sebou neslo, a dokonce budu předpokládat (nepravděpodobnou) situaci, že si o tom, jak vyhodnocuješ, nebudou děti stejně všelijak referovat a srovnávat se – přesto nemůžu obejít hlavní pedagogický problém: ono chápání spravedlnosti „všem stejně“ není dlouhodobě zdravý postoj a tak jako tak bys s ním měl/a výchovně pracovat.

Nejsem naivní, abych nevěděl, že to nelze „lázat přes koleno“ a během nějaké krátké doby děti odnaučit tohle „srovnávací“ chápání spravedlnosti<sup>58</sup>. Děti tedy musejí vidět a zažívat, že dokážeš být „absolutně spravedlivý/á“. Že se mohou spolehnout na tvou nestrannost. Zkrátka – že se tvému smyslu pro spravedlnost dá opravdu důvěřovat. Ale současně s tím je musíš pozvolna seznamovat i s jiným pojetím spravedlnosti – která vidí reálnou situaci každého, kdo má být posuzován – a která kvůli tomu dokáže být vlastně „ještě spravedlivější“, byť zdánlivě neměří všem stejně.

Na začátku jsem avizoval, že v téhle kapitole půjde o „samozřejmosti“. Je tedy docela pravděpodobné, že tohle už máte v oddíle nějak úspěšně za sebou. Pak klidně následující rady přeskoč. Pokud tomu tak ale úplně není, tak ti nabízím jeden možný návod.

Účinnou cestou k tomu mohou být plastické příběhy, které dětem umožní vžít se do toho, kdo je nositelem nějakého handicapu. Ty příběhy se dají jak vyprávět, tak dokonce hrát, což může být zvlášť úspěšné – a tím se děti mohou přímo s někým takovým ztotožnit.

**Začít můžete třeba rozborem pohádky O Dlouhém, Širokém a Bystrozrakém. Proč bylo důležité, že princ měl zrovna tyhle pomocníky? V čem byla přednost každého z nich? A v čem zase nedostatek? Jak by to dopadlo, kdyby**

58) Vždyť je i mnoho dospělých, kteří jiné pojetí nechápou.

se všichni porovnávali podle stejných požadavků? Jak by dopadl princ, kdyby všechny svoje spolupracovníky měřil „stejným metrem“? A kdo by z vás chtěl být jako Dlouhý? A kdo spíš jako Široký? A kdo jako Bystrozraký? Zkuste teď v každé skupině dát dohromady, co by vám – jako Dlouhým, Širokým nebo Bystrozrakým – šlo obzvláště v životě dobře – a co naopak špatně? A jsou lidé ve všem stejní? V čem se mohou lidé lišit, i když stejně vypadají (jsou stejně velcí, staří, ...)? Je všechno pro všechny lidi stejně těžké a lehké? Co navrhuje: máme při hodnocení lidí přihlížet k tomu, že pro každého není všechno stejně těžké nebo lehké, nebo ne? Jak byste to řešili, aby to bylo spravedlivé?

Jiný příběh může být třeba motivovaný situací koníka, který kulhá. Několik dětí bude představovat kulhajícího koníka (budou mít třeba omezený pohyb nohou jejich částečným svázáním) a jeho situaci na pastvě: ve vymezeném území bude rozmístěno množství „jetelíčků“, které hráči – když jsou z jednoho místa vypuštěni – sbírají a následně jsou za jejich počet odměňováni. Po určité době se konfrontují pocity hráčů, kteří představovali kulhajícího koníka s těmi, kteří soutěžili bez omezení. Vše by pak mělo vyústit k debatě o tom, jak vůbec mohou spolu tyto dvě kategorie hráčů soutěžit, aby to bylo spravedlivé.

Vypořádání se s *nespravedlností* hodnocení, které je vztahováno k reálné úrovni hodnoceného, není ale jediným problémem, který je nutné v souvislosti s vyhodnocováním osobního růstu (a tím i plnění aktivit stezky) zvládnout. To, co je nezbytné, aby šlo opravdu o správnou přiměřenost hodnocení, je pochopitelně co nejpravdivější zjištění oné „vstupní úrovně“. Nejde vůbec o jednoduchý úkol. I když budeme předpokládat, že už máš „svoje děti v leccems docela dobře „prohlédnuté“, jejich reálnou výchozí úroveň v řadě jiných kompetencí, které se i skrze stezku mají rozvíjet, neznáš.

Nebo víš, jak je na tom každý z hlediska schopnosti soustředěného naslouchání? Schopnosti odpouštět? Jak je na tom se zvládáním špatných nálad? Ano, u těch, kteří je nezvládají často, budeš mít jistě přehled dobrý, ale co děti nenápadněji? Je jejich „úspěšnost“ dána tím, že mají mírnou povahu nebo se dokáží lépe ovládat? Někdo třeba docela dobře zvládá své nálady, ale je mimořádně citlivý, když si myslí, že se mu děje křivda. A jakpak je kdo pokročilý ve schopnosti sebezpoznání? Je to, co vypadá jako překvapivě zralá sebezpoznávací reflexe, skutečně otevřeno o náhled na sebe – nebo je to jen dobře vymyšlená řeč? A naopak, u toho, kdo ze sebe není schopen vypravit kloudné slovo – je to opravdu prázdnota poznání, nebo absence těch správných slov?

Zjišťování výchozí úrovně členů oddílu před plněním stezky, ale i v jeho průběhu, je tedy jednou z klíčových činností, na něž je třeba pamatovat jak při celoročním plánu, tak i při plánování konkrétních akcí (schůzek, výprav, táborů). Ale kromě „programového řešení“ bude potřeba věnovat tomuto zjišťování čas i při dalších příležitostech – například když jdete spolu ze schůzky, když se potkáte na hřišti, když zůstanete uklízet klubovnu, když se „potkáte“ na internetových stránkách oddílu atd.

Samozřejmě je to u těch aktivit, které přímo obsahují zjišťování nějakého zlepšení<sup>59</sup>, ale i v případě mnoha jiných aktivit bude nezbytné poskytnout sobě i členům oddílu dobrou přípravu, jejíž součástí bude právě „nastavení latěk“. V metodice *Jak pracovat se stezkou* i ve speciálních metodikách k oblastem *Příroda kolem nás*, *Co znám a umím* i *Svět okolo nás* se uvádějí tři základní formy plnění aktivit stezky<sup>60</sup>. Forma přímého plnění s přípravou bude tedy velmi častá, protože právě ona příprava bude sloužit

59) *Zlepšíš se ve schopnosti tiše se soustředit na to, jak na mě působí věci a lidé kolem mě. Tomu, kdo mi to potvrdí, vysvětlím, jak jsem to své zlepšení poznal.*

*Zlepšíš se ve schopnosti přemáhat svoje špatné nálady a rozmrzelosti. Za měsíc mi to potvrdí nějaký blízký dospělý a někdo z kamarádů. Atd.*

60) Přímé plnění – Přímé plnění s přípravou – Nepřímé plnění; u konkrétních aktivit oblasti *Můj kamarád* je podrobně rozebráno tam, kde jsou jednotlivé aktivity popisovány.

jak k získání informací o vstupní úrovni dětí, tak bude poskytovat i návod na možné individuální (přímé) plnění.

Pro řadu míčových her je schopnost spolehlivě chytit míč nezbytnou kompetencí, bez jejíhož zvládnutí nemá smysl se do hry vůbec pouštět. Bylo by to jen samé trápení – jak toho, kdo míč pořádně chytit neumí, tak jeho spoluhráčů, kteří by kvůli němu o míč snadno přicházeli. Podobnou úlohu v rozvoji duchovního života hraje schopnost soustředění. Pokud se člověk nedokáže soustředit – zpočátku aspoň na pár desítek sekund – je zbytečné zkoušet něco komplexnějšího. Ne že by nebylo možné děti občas „strhnout“ nějakou „akční podívanou“ i tehdy, když jsou jinak běžně roztěkané, ale dlouhodobější užitek z hlediska rozvoje duchovního života to sotva přinese. Duchovní život je ve své podstatě velmi jednoduchou záležitostí: je postavený na schopnosti *plně žít v přítomnosti* – protože jenom v přítomnosti může docházet k oněm zásadním setkáním, z nichž pak vyrůstá dynamika duchovního života. Současný životní styl je naopak celý zaměřený k postoji opačnému: V přítomnosti se zdržovat co nejméně, protože bych mohl propást příležitost, na kterou tolik čekám a která se zrovna vynoří. Výsledkem je ona hrozná roztěkanost dětí, na kterou si stěžují všichni vychovatelé. Jenomže život v rozptýlení není dnes jen výsadou dětí. Je běžným stylem života dospělých všeho věku.

Proto nácvik soustředění<sup>61</sup> začínající od drobných hříček na několik málo desítek sekund je nezbytným východiskem k tomu, abyste děti uvedli jak na cestu tréninku soustředění, tak zjistili i jejich vstupní dispozice.<sup>62</sup> Hříčkou, kterou jistě zvládnete všichni, je například sledování pohybů předmětu – například tužky – kterou po několik desítek sekund všichni pozorně sledují. Během té doby občas (nejlépe je dvakrát, třikrát) lehce předmět vychýlíte. Někdy ale pro změnu s ním nepohnete vůbec. Po uplynulé době začnete od nějakého nadsazeného čísla (třeba šest), které po jedné snižujete, a děti se postupně přihlašují k tomu číslu, které podle nich odpovídá počtu pohybů. Zpočátku budou výsledky nejspíš dost nepřesné, ale postupně (na jedné schůzce to můžete třeba dvakrát zopakovat) se budou lepší.

Ani tím však nekončí to, co je v souvislosti s hodnocením osobního růstu nezbytné zdůraznit – zejména, když se jedná o tak citlivou oblast, jako je duchovní život. Jde totiž o schopnost přiměřeného sebehodnocení samotných chlapců a děvčat. Sebehodnocení hraje v nové stezce naprosto zásadní úlohu. Vyhodnocení splnění jakékoliv aktivity začíná u toho, že skaut či skautka jsou přesvědčeni, že už podmínky s tím spojené opravdu splnili.

Nová skautská stezka je tak důležitým nástrojem rozvoje kompetence správně se hodnotit u každého člena oddílu. Celkově je přítom mezi členy naší společnosti výchozí situace v této kompetenci velmi málo příznivá. Jen výjimečně se setkáme s lidmi, kteří jsou schopni hodnotit se opravdu přiměřeně. Zpravidla lidé kolísají

61) Tradiční Kimovku a Setonovu hru jistě znáš. Ty trénují samozřejmě i paměť, ale soustředěním to nutně začíná.

62) Na Elixíru 2007/08 jsem měl třikrát prezentaci věnovanou právě úvodu do „meditace“ nazvanou *Když ticho promlouvá* a prezentoval jsem tam – k překvapení nemalé části přítomných – nejprve velmi jednoduché hříčky na rozvoj soustředění (včetně té, kterou teď zde uvádím). Po prezentaci mi několik účastníků nezávisle na sobě sdělilo, že doposud byli přesvědčeni, že „jejich“ děti v oddíle už není možné přivést k tomu, aby se aspoň chvíli na něco soustředily, ale že teď přece jen opět získali určitou naději, že se s tím dá ještě něco dělat. Nepochybuji, že v řadě oddílů bude po určitý čas vrcholem zvládnutí i těchto jednoduchých cvičení. Ale mám vyzkoušené, že časem se výsledky dostaví a je možno postoupit do „vyšší třídy“. Hlavní zbraní vedoucího je tu trpělivost a důslednost. Nenechat se jedním či dvěma neúspěchy odradit. Právě proto se musí začínat po „malých dávkách“.

mezi sebedoceňováním a zastíráním svého skutečného stavu. Občas to pak navenek kompenzují projevy přehnané sebedůvěry a přeceňováním svých možností. Schopnost se přiměřeně hodnotit není totiž vůbec něčím, co by se člověk ve svém vývoji naučil jen tak – „automaticky“.

Prvním nezbytným předpokladem k tomu, aby se člověk mohl hodnotit reálně, je zkušenost s nepodmíněným přijímáním: optimálně by to měla být rozhodující zkušenost raného dětství: *jsem milován, ať jsem jakýkoliv. Má hodnota je prostě v tom, že jsem lidská bytost. A tuto mou hodnotu nemůže vymazat žádné moje selhání v tom či onom výkonu.* Tato zkušenost totiž dítěti (ale i dospělému) dodává odvalu podívat se na sebe opravdu pravdivě a přijmout se takové, jaké je. Musíme počítat s tím, že v našich oddílech budou i děti, které tohle nikdy nezažily. Oddíl je pro ně možná poslední šancí k takové zkušenosti. Z této výchozí pozice – vědomí, že jsem přijat a milován, ať jsem jakýkoliv, a následné odvahy dívat se na sebe pravdivě – pak může vyrůst skutečná kompetence pravdivé sebereflexe na základě správných kritérií pro kvalitu vlastního jednání a reálných cílů, k nimž mám směřovat. Život ve skautském oddíle – navíc podpořený novou stezkou – opět dává pro obojí velmi dobré předpoklady k úspěchu.

*Podívej, jak tento úkol pojednává publikace WOSM o Výchovném systému skautingu:*

*Osobní růst jako prvek skautské metody se konkrétně zaměřuje na pomoc mladému člověku, aby se vědomě a aktivně podílel na vlastním růstu. Hlavním nástrojem tohoto prvku skautské metody je plán růstu. Je založen na souboru výchovných cílů, připraveném národní asociací pro každou věkovou kategorii. Je vymyšlen podle znalostí, dovedností a postojů, jejichž získání můžeme od mladého člověka rozumně očekávat v různých oblastech rozvoje na konci daného věkového období.*

*Když je prezentován přitažlivou a podněcující formou, poskytuje každému mladému člověku pomůcku, aby za pomoci dospělého vůdce:*

- ▶ *vypracoval soubor osobních cílů rozvíjení sebe sama;*
- ▶ *konkrétně určil, jak hodlá těchto cílů dosáhnout;*
- ▶ *dosáhl jich vlastním tempem;*
- ▶ *zhodnotil, uvědomil si a oslavil pokroky, kterých dosáhl.*

Nepředpokládám, že to v oddíle běžně pojmete tak „vědecky“, jak je to tu popsáno. V našich českých poměrech jsem zvyklejší na poněkud volnější a tvořivější přístup. Ale ta základní myšlenka, která je tu vyjádřena – osobní růst člena oddílu podporovat cíli, které jsou mu „šité na míru“ a jejichž naplňování je opravdu soustavně sledováno jak vůdcem či vůdkyní, tak samotnou skautkou či skautem – je mimořádně důležitá. A její uskutečňování je nezbytnou podmínkou úspěšnosti kvality sebehodnocení a tím i osobního růstu.

A na závěr je třeba říci ještě jednu věc. V řadě aktivit, které jsou v oblasti *Můj kamarád* (a podobně i *Kdo jsem*), je splnění podmíněno tím, že skaut či skautka o svém plnění pohovoří s někým, „komu důvěřují“. Jde v tom samozřejmě v první řadě o důvěru. Ale – zejména pokud jde o vyhodnocení dění v duši dítěte – jde i o jeho důvěru v tvou kompetenci: že ty se v tom vyznáš tak, aby tvoje posouzení a tvoje rady dotyčnému či dotyčné pomohly. Řečeno docela natvrdo: pro tvou kompetenci k podpoře duchovního života členů v oddílu je nezbytná tvá vlastní zkušenost duchovního života.

# Literatura

- PECK, M. Scott. *Nevyšlapanou cestou*. Praha: Argo, 2008.
- PECK, M. Scott. *Přátelská sněhová vločka*. Praha: Portál, 2011.
- PECK, M. Scott. *V jiném rytmu*. Praha: Portál, 2012.
- CHAPMAN, Garry. *Pět jazyků lásky*. Praha: Návrat domů, 2010.
- CHAPMAN, Garry a Jenifer THOMASOVÁ. *Pět jazyků omluvy*. Praha: Návrat domů, 2007.
- PEASOVI, Barbara a Allan. *Řeč těla*. Praha: Portál, 2011.
- BUBER, Martin. *Já a ty*. Praha: Kalich, 2005.
- KOHÁK, Erazim. *Svoboda, svědomí soužití: Kapitoly z mezilidské etiky*. Praha: Slon, 2004.
- HALÍK, Tomáš. *Chci, abys byl*. Praha: Lidové noviny, 2012.
- MOORE, Thomas. *Knihy o duši*. Praha: Portál, 2007.
- MOORE, Thomas. *Knihy o lásce a přátelství*. Praha: Portál, 2012.
- NOVÁKOVÁ, Marie a kol. *Učíme etickou výchovu*. Praha: Etické fórum ČR o.s., 2006.
- LENCZ, Ladislav a Oľga KRIŽOVÁ. *Etická výchova I až III*. Praha: Luxpress, 2000 až 2006.
- VOPEL, Klaus W. *Skupinové hry pro život 1 až 4*. Praha: Portál, 2006 až 2012.
- ŠIMANOVŠTÍ, Zdeněk a Barbara. *Hry pro rozvoj zdravé osobnosti*. Praha: Portál, 2005.



## O autorech

### Mgr. Svatava Šímková - Sluníčko

*tavasi@centrum.cz*

Vystudovala Pedagogickou fakultu v Ostravě, obor český jazyk a hudební výchova. Má za sebou 25 let učitelské praxe na druhém stupni základní školy a 14 let vedení dětského pěveckého sboru tamtéž. V rámci občanského sdružení Údolí Třebůvky bojuje proti výstavbě průplavu D. O. L., je strážkyní ochrany přírody v CHKO Litovelské Pomoraví.

Od začátku 90. let se podle svých sil podílí na činnosti skautského střediska Šíp v Lošticích (nyní jako předsedkyně revizní komise), kde úspěšně působí jako vedoucí oddílu a členka střediskové rady její dcera. Junákem prošli i její dva starší synové. Ona sama je od roku 2010 členkou Odboru duchovní výchovy Junáka.

V současnosti je zaměstnána jako odborná pracovnice v Národním institutu dětí a mládeže MŠMT. Publikuje na odborných portálech, zejména na *www.rvp.cz*.

### Mgr. Jiří Zajíc - Edy

*edy@skaut.cz*

Vystudoval obor Numerická matematika na MFF UK. Do roku 1990 pracoval jako matematik analytik ve Výpočetním centru VŠE Praha na programech využívání počítačů pro podporu výuky. Současně byl členem československého (ilegálního) týmu pro křesťanskou výchovu. Po roce 1990 pracoval v Českém rozhlasu, České radě dětí a mládeže a Radě pro rozhlasové a televizní vysílání. V současné době je odborným pracovníkem Národního institutu dětí a mládeže.

V Junáku začal vedením vlčácké smečky na podzim 1968. V letech 1970–1990 byl vedoucím odboru turistiky při TJ Sokol Praha Krč, z něhož vzniklo největší skautské středisko v ČR Blaník. V letech 1990–2001 byl členem Ústřední rady Junáka, zpravodajem pro duchovní výchovu. V letech 1992–1995 místostarostou. V současné době je instruktorem VS Gemini, předsedou odboru duchovní výchovy a metodické skupiny Junáka pro nový program.

Je autorem či spoluautorem knih *Rozhovory s kardinálem Miloslavem Vlkem* (1997), *Poutník po hvězdách. Rozhovory s Erazimem Kohákem* (2001 – společně s Romanem Šantorou), *Nikdy nekončící dobrodružství* (2006), *Kdo jsem* (2008), *Hranice bezpečí* (2009), *Cena věrnosti* (2012) a *Bůh blízky* (2012 – společně s Miloslavem Vlkem).