Výzva Budování kapacit pro rozvoj škol II
Povinně volitelná aktivita č. 7

Zpráva o ověření programu v praxi

závěrečná

I.

Příjemce	Salesiánský klub mládeže, z.s. Dům Ignáce Stuchlého
Registrační číslo projektu	CZ.02.3.68/0.0/0.0/16_032/0008149
Název projektu	Programy pro školy - rozvoj kompetencí pro demokratickou kulturu
Název vytvořeného programu	Dotkni se sebe
Pořadové číslo zprávy o realizaci	III.

II.

Místo ověření programu	**Datum ověření programu**	**Cílová skupina, s níž byl program ověřen**
Dům Ignáce Stuchlého	**15. - 17. 5. 2019**	**31 žáků 1.A Gymnázium Velehrad**
Dům Ignáce Stuchlého	**15. - 17. 5. 2019**	**25 žáků 1.B Gymnázium Velehrad**
Dům Ignáce Stuchlého	**29. - 31. 5. 2019**	**19 žáků Kvinta B Gymnázium a jazyková škola Zlín**

III.

1. Stručný popis procesu ověření programu

a) Jak probíhalo ověření programu (organizace, počet účastníků, počet realizátorů atd.)?

Ověření probíhalo během třídenních pobytových kurzů v Domě Ignáce Stuchlého, kde je zajištěno ubytování a stravování. Počet účastníků, cílová skupina a realizátoři programu jsou uvedeni v následující tabulce:

Termín	Škola	Počet žáků	Tým
15. - 17. 5. 2019	1. A Gymnázium Velehrad	31	Martina Skaličková, Josef Klinkovský
15. - 17. 5. 2019	1. B Gymnázium Velehrad	25	František Horsák, David Zimčík
29. - 31. 5. 2019	Kvinta B Gymnázium Zlín, Lesní čtvrť	19	Martina Javoříková, Martina Skaličková

b) Jaký byl zájem cílové skupiny?

V úvodu kurzu jsme opět vnímali, že studenti měli jen malou představu o tom, co je čeká, ale ve srovnání s žáky 8. tříd, kteří se také účastnili tématu sebepoznání, se nám opět potvrdilo, že je pro studenty středních škol toto téma opravdu na místě. Je to z toho důvodu, že je to pro ně aktuální oblast zájmu, zjišťují, kdo jsou a jak s tím do budoucna nakládat ve vztahu k sobě, k druhým i ke své budoucnosti. V porovnání s žáky druhých ročníků střední školy, kteří se účastnili prvního ověření programu, byli méně disciplinovaní, měli větší potřebu sdílet mezi sebou a při programu byli více opatrní na to, co řeknou a kladli mnohem větší důraz na to, co si o nich myslí ostatní spolužáci. Celkově se do aktivit aktivně zapojovali. Bylo vidět, že sebepoznání je zajímá, že jsou velmi zvědaví na názory ostatních spolužáků – Sebereflexe a Zpětná vazba je zajímala méně, než například Okno sebepoznání. Vnímali jsme, že většina účastníků projevovala aktivní zájem o toto téma. Všechny účastnické skupiny byly z gymnázií a tento přemýšlivý až badatelský program směřující k sebepoznání je oslovil.

Z evaluačních dotazníků, které účastníci vyplnili před programem, vyplynulo následující. Na otázku Co je napadne, když se řekne SEBEPOZNÁNÍ, se vyskytovaly ve většině případů odpovědi jako „poznat sebe, dovědět se něco o sobě, naučit se mít více rád."

Součástí dotazníku byly také otázky, co by chtěli na sobě změnit. Nějakou svoji špatnou vlastnost by chtělo změnit 53 %, změnit něco na svém těle (postavu, vlasy apod.) by chtělo 6 % a 12 % žáků je se sebou spokojena a nic by neměnili.
Vlastnosti, kterých si nejvíce cení na svém kamarádovi/kamarádce jsou pomoc ve 29 %, podpora 27 % a upřímnost 24 %, dále se v jednotkách vyskytovaly odpovědi jako legrace, důvěra, naslouchání. Co je naopak nejvíce na druhých lidech štve, byla ve 41 % namyšlenost, ve 23 % faleš a přetvářka, v 15 % nepřesnost, netolerance a málo respektu.

U partnera/partnerky je pro ně nejvíce důležité (na škále 1-10 označeno jako 8-9) jaké má názory, a to v 80 %. Druhým nejdůležitějším faktorem je věk, a to pro 41 % z nich. Na třetím místě podle důležitosti je věk pro 35 % z nich. Nejméně důležité je pro ně, jak se ten druhý obléká, to je důležité pro 3 %, resp. nedůležité pro 73 % z nich, stejně tak je nedůležitý profil na sociální síti.

V otázce, jaké povolání by si zvolili a proč se velmi často objevují profese související s lidmi (lékař, psycholog, učitel), v seznamu povolání, která by si nezvolili a proč se nejčastěji objevilo také povolání učitel s odůvodněním, že děti jsou dnes neposlušné a je to náročné. Další velkou skupinu tvořila povolání spojená s manuální činností jako prodavač a dělník.

c) Jaká byla reakce cílové skupiny?

Reakci hodnotíme jako pozitivní. Během programu se měnila nálada skupiny a stále více se otevírali aktivitám a snažili se z nich stále více čerpat.
Stejně jako v prvním ověření programu jsme účastníkům otevřeně, partnersky sdělili, o jaký program se jedná, že proběhlo první ověření a že na základě jejich zpětné vazby budou programy finálně upraveny. V této skupině (první ročníky středních škol) byl naopak efekt velmi dobrý, žáci se nebáli hodnotit program a podle nás si dali na hodnocení záležet. Možná byl rozdíl v tom, že druhé ročníky z prvního ověření čekají nové maturity a vnímají pilotní verze negativněji, než první ročníky, které ještě nad maturitou nepřemýšlí a navíc již nebudou testovací. Toto jsme si uvědomili po několika rozhovorech s účastníky jak prvního, tak druhého ověření.

Po vyhodnocení dotazníků vyplynulo, že jejich pocity byly velmi pozitivní. Nějakou pozitivní odpověď napsalo 90 % zúčastněných. Spíše negativně se vyjádřilo pouze 5 % a 5 % se k otázce nevyjádřilo vůbec.

Poslední dny vystihují dle nich slova jako šťastná, vděk, únava, radost, zajímavé.
72 % žáků udělalo na kurzu něco, co by před tím nikdy neudělali, čím posunuli svoje hranice. Při aktivitě „Výlez u komfortní zóny" označilo 22 % z nich, že to pro ně byla velká výzva, pro 31 % to byla střední výzva a 43 % označilo na procentní škále tuto aktivitu jako malou výzvu v rozsahu 10-30 %. Což může souviset se snahou trochu se „vytáhnout".

Přínos kurzu hned po skončení mohli účastníci označit na procentní škále, nejmenší hodnotou bylo 40 % a to pouze u 3 respondentů, pro ostatní byl kurz přínosný na více než 40 % (tato hodnota pouze 3x), pro 84 % byl významně přínosný v rozmezí 70-100%.

2. Výsledky ověření

a) Výčet hlavních zjištění/problémů z ověřování programu:

Informací před kurzem směrem k účastníkům bylo stále málo – účastníci moc nevěděli, co je čeká.
Téma sebepoznání je pro tuto věkovou skupinu ideální.
Méně příjemné nebo nekomfortní aktivity brali jako výzvu a nenechali se znechutit.
Během programu se studenti dozvídali hodně teoretických informací - pro studenty gymnázií to nebyl problém, ale pro studenty středních škol bychom doporučili z programu některé teoretické bloky vyřadit, či je nahradit oddychovými aktivitami, popř. ubrat množství teorie a zjednodušit ji.
Program je v určitých částech dost přemýšlivý, proto zařadíme více pauz a připravíme si pár drobných aktivit pro odreagování.
Úprava aktivity *Socpiny* byla dobrá. Tato verze byla jednodušší a příjemnější.
Trasa na *To nejde!* byla upravena a celkově se změnil koncept aktivity - účastníci závodí na dvou okruzích a tlačí kárku různými způsoby. Tato varianta byla velmi úspěšná. Hra měla větší náboj, skupiny byly neustále v kontaktu, několik způsobů jízdy přidalo hře na atraktivitě.
Aktivita *Sebehra* je personálně a prostorově velmi náročná. Bohužel jsme nebyli schopní tuto skutečnost změnit, pokud chceme zachovat charakter a hloubku aktivity. Je tedy potřeba s tímto počítat.
Upravili jsme úkoly aktivity *Výlet z komfortní zóny*. Nyní jsou aktivity mnohem lépe vybrané a mají mnohem menší a příjemnější dopad na okolí, ve kterém aktivita probíhá – zejména cizí lidé, se kterými se hráči setkávají.
Deník jsme používali více a promyšleněji.

Nejoblíbenejší aktivitou byla aktivita Trabanty u 20 % následované s 15 % aktivitou Hančiny vlasy, na 3. místě byly se 13 % aktivity Sebehra a Výlet z komfortní zóny. Jako nejméně příjemnou aktivitou nebyla ve větší míře označena žádná, v jednotkách procent se objevila Sebehra nebo Zrcadla. Spíš než aktivity psali jako nejméně příjemný příjezd, kdy nevěděli, co je čeká nebo odjez domů.
Jako výrazně slabou nevnímalo žádnou aktivitu 35 % účastníků. Nejvíce byly jako slabé označeny aktivity, kde se jednalo o „zajetí na hlubinu" ale pouze u 17 % žáků.
90 % naprosto nebo spíše souhlasí s tím, co měli napsané na lístečcích v aktivitě Johariho okno.
SEBEPOZNÁNÍ dokázalo správně definovat po skončení kurzu 85 % žáků.
Zpětnou vazbu mělo o skončení kurzu v plánu využít 50 % žáků určitě, 40 % možná a pouze 10 % odpovědělo, že si myslí, že ji vůbec nevyužije.
Při výběru vlivů, které mohou ovlivnit jejich budoucnost, označili nejčastěji rodinu, ve 13 % a stejně tak vnímají i vliv kamarádů. V závěsu byl ve 12 % životní styl a v 11 % náboženství. Jako nejmenší vliv, který by mohlo ovlivnit jejich budoucnost, vnímali v 7 % své sportovní výkony.

b) Návrhy řešení zjištěných problémů:

Je nutné ještě více instruovat spolupracující školy k tomu, aby studenty seznámili s tím, co je čeká. Možnost může být vytvořit pro cílovou skupinu motivační plakát se zevrubnými informacemi. Další variantou je natočit motivační video s potřebnými informacemi.
Aktivita *Socpiny* je již dost jednoduchá a vhodná na odreagování.
Aktivita *To nejde!* vedená jako závod na okruzích je povedená. Podle nás již není třeba ji více upravovat.
Personální zajištění aktivity *Sebehra* jsme řešili dopředu a neměli jsme nedostatek instruktorů.
Pro deníky bychom vyhradili ještě více času.
Úpravy jsou tedy minimální.

c) Bude/byl vytvořený program upraven?

Cíle programu a jeho dramaturgie zůstává stejná. Obměňujeme jednotlivé aktivity tak, aby proběhly lépe a přesněji sledovaly cíle, kterých chceme dosáhnout.

d) Jak a v kterých částech bude program na základě ověření upraven?

Program bude upraven na úrovni jednotlivých aktivit. Konkrétně se jedná o aktivity:

- Deníky
- Teorie k sebepoznání
- Sebehra
- Čajovna
- Vytyčení výzvy a dvě hodiny ve škole

V těchto aktivitách se jedná o úpravy, které navazují jak na technické či obsahové řešení jednotlivých aktivit. Konkrétní soubor úprav je uveden v závěrečné části – konkrétní výčet úprav.

3. Hodnocení účastníků a realizátorů ověření

a) Jak účastníci z cílové skupiny hodnotili ověřovaný program?

Jak již bylo uvedeno v kapitole 2.a) nejoblíbenejší aktivitou byla aktivita Trabanty u 20 % následované s 15 % aktivitou Hančiny vlasy, na 3. místě byly se 13 % aktivity Sebehra a Výlet z komfortní zóny. Jako nejméně příjemnou aktivitou nebyla ve větší míře označena žádná, v jednotkách procent se objevila Sebehra nebo Zrcadla. Spíš než aktivity psali jako nejméně příjemný příjezd, kdy nevěděli, co je čeká nebo odjez domů.
Jako výrazně slabou nevnímalo žádnou aktivitu 35 % účastníků. Nejvíce byly jako slabé označeny aktivity, kde se jednalo o „zajetí na hlubinu" ale pouze u 17 % žáků.

Při návratu k programu ve škole hodnotili účastníci program s odstupem času nejčastěji slovy hry, zábava, vztahy (zlepšení vztahů se spolužáky), sebepoznání. Pro 49 % jsou to s odstupem času hry, aktivity, pro 21% poznání sebe a spolužáků, 10 % kurz hodnotí jako „dobře strávený čas".

Pouze 35 % se vracelo ke kurzu a přemýšlelo o těch prožitých dnech. 44 % žáků o kurze už potom nepřemýšlelo.

V hodnocení kurzu s odstupem byl pro 28 % kurz dobrý k tomu, že se jim zlepšily vztahy se spolužáky, pro 43 % je vzpomínka velmi pozitivní. Celkem mělo pozitivní vzpomínky 70 % zúčastněných.

Program ve škole hodnotí spíše negativně.

Sebereflexi využívá od kurzu velmi často 51 %, občas 37 %, vůbec ji nepoužilo od kurzu 8 % zúčastněných.

Na základě aktivity Johariho okno se pokusilo něco změnit 23 %, chystá se 34 % a vůbec to neplánuje 40 %.

b) Co bylo v programu hodnoceno v rámci ověřovací skupiny nejlépe?
Z bezprostředního hodnocení v závěru kurzu vyšly jako nejlepší aktivity Hančiny vlasy, To nejde!, Čajovna. S odstupem času byla jako nejlepší aktivita hodnocena „Sebehra" u 19 % žáků. Jako druhá nejlepší aktivita bylo hodnoceno „Johari okno" u 18 %. Ostatní aktivity se pohybovaly v rozmezí 2-6 % obliba, což znamená, že si tam každý našel něco „svého".

V hodnocení pomocí nedokončených vět zaznívalo, že se dozvěděli informace o sebepoznání, dozvěděli se o sobě (nezpracovaný strach ze tmy, přínos relaxace, obliba být mezi lidmi, své zajímavé vlastnosti, jsem se sebou spokojený aj.) Největší smysl vnímali v aktivitě čajovna a všeobecně ve sdílení se spolužáky během programu. Zazněla také Sebehra, kde vnímali přínos zejména pro sebe. V menším počtu zmínili účastníci jako aktivitu s největším přínosem Výstup z komfortní zóny, Hančiny vlasy nebo JoHari okno.

c) Jak byl hodnocen věcný obsah programu?
Po obsahové stránce je program velmi hutný zejména po informační stránce. Je plný informací týkajících se sebepoznání a sebepoznávacích technik, které si účastníci zkoušeli. Pedagogové hodnotili, že si účastníci připomněli vlastní identitu a uvědomili si podobnosti i odlišnosti mezi sebou. Program byl hodnocen jako pestrý, zábavný, poučný, inspirující, motivující a sbližující.

d) Jak bylo hodnoceno organizační a materiální zabezpečení programu?
Pedagogové hodnotili, že kurzy jsou po stránce programové i organizační velmi dobře připraveny. Pedagogové zhodnotili, že studenti se do programu zapojovali, měli i čas na zamyšlení a diskusi a stejně tak i na pohyb. V programu byl prostor pro čas věnovaný sobě i čas věnovaný druhým, spolužákům.

Dále hodnotili program jako „naplánovaný do poslední minuty". Vše do sebe dramaturgicky zapadalo a akce postupně gradovala.
Materiální zajištění bylo hodnoceno jako „na vysoké úrovni" a nic nechybělo.

e) Jak byl hodnocen výkon realizátorů programu?
Pozitivně byla hodnocena připravenost instruktorů na program a také jejich zanícení pro aktivity. Lektoři byli dle pedagogů připraveni jak po teoretické, tak po praktické i lidské stránce velmi nadprůměrně. Práce byla označena jako nadstandartní, kdy se po celou dobu studentům věnovali se zaujetím.

f) Jaké měli účastníci výhrady/připomínky?
V dotaznících se žádné výrazné problémy neobjevily, tyto skupiny vnímaly kurz jednoznačně pozitivněji, asi byly některé aktivity upraveny výrazně k lepšímu, protože reakce byly jednoznačně pozitivnější. Velmi málo se objevily odpovědi, jakože jim vadilo, že museli o sobě přemýšlet, ale byli to jednotlivci a lze to vnímat spíše pozitivně, že i negativní zkušenost je může pomalu nastartovat některé věci přehodnocovat.
Účastníci hodnotili, že program byl více přemýšlivý, ale nevadilo to.
Někteří by uvítali méně teorie a někteří naopak méně fyzicky náročných aktivit.

g) Opakovala se některá výhrada/připomínka ze strany účastníků častěji? Jaká?
Ne.

h) Budou případné připomínky účastníků zapracovány do další verze programu? Pokud ne, proč?
Ne. Program zaměřený na sebepoznání vyžaduje prostor pro zklidnění a reflexi. Dospívající na toto nejsou příliš zvyklí, ale má to velký význam. Dle realizátorů i pedagogů byl poměr mentální a pohybové aktivity vhodný a každý v něm mohl najít své – pohybové aktivity i aktivity k přemýšlení.

i) Jak byl program hodnocen ze strany realizátorů programu?

Program hodnotili realizátoři jako vydařený a byli velmi spokojeni se změnami, které po prvním testování do programu zapracovali. Program byl v náročný, ale smysluplný. Vzhledem k získání praxe během prvního testování již realizátorům nepřišla tak náročná příprava kurzu, ale stále je kurz náročný na personální obsazení. Téma sebepoznání je pro tuto věkovou kategorii velmi přínosné.

j) Navrhují realizátoři úpravy programu, popř. jaké?

Nemáme žádné návrhy, kromě větší připravenosti, naladění účastníků na program.

k) Budou tyto návrhy realizátorů zapracovány do další verze programu? Pokud ne, proč?
Nebudou. Jedná se o individuální přístup pedagogů škol. Proto bude důležitá osobní domluva před programem s konkrétním učitelem tak, aby dokázal třídu naladit na program a objasnit, co je bude čekat. Program lze vést bez problému i tak, nicméně pokud přijde třída již nastavená určitým směrem, bude to jedině výhoda.

l) Konkrétní výčet úprav, které budou na základě ověření programu zapracovány do finální verze programu:

- Deníky – vyhradit více času, motivovat žáky zejména k práci na deníku a v klidu ve volném čase.
- Teorie k sebepoznání – je na zvážení instruktora, jaké jsou intelektuální schopnosti cílové skupiny, nejedná se ani tak o úpravu, jako spíše o ubrání na množství předaných informací
- Sebehra – budou přeformulovány některé věty v zadání u jednotlivých stanovišť

- Komfortní zóna – doporučení – je potřeba projít úkoly a případně upravit pro věkovou kategorii, místo, blízkost cesty, riziková místa (silnice, vlakové nádraží), popř. dohled pro skupinu mladších účastníků.
- Čajovna – zapojit ověření toho, že účastníci pochopili zadání otázek, pokud ne, doplnit na místě vysvětlujícími otázkami.
- Vytyčení výzvy – vychází z větší komunikace s pedagogy, jelikož budou výzvu vyhodnocovat. Až budou vést dvě hodiny ve škole, více je instruovat a motivovat do realizace dvou hodin ve škole, aby se kurz kvalitně uzavřel.

	Jméno, příjmení, titul	Datum a místo	Podpis
Zpracoval/a	**Mgr. Hana Hladká Mgr. Marcela Fojtíková Roubalová, PhD.**	**25. července 2019 Fryšták**	