

PETR SOJÁK

Osobnostní a sociální rozvoj

ANEB STROM, MOZAIKA A VZDUCHOLOŽ



Knihu věnuji zejména své rodině, která je pro mě vždy na prvním místě – manželce Peře a synům Ondrovi a Míšovi, mé mámě, tátovi, bratrovi a dalším, kteří mi umožňují plnit nádobu mého šťastného života.

KATALOGIZACE V KNIZE - NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Soják, Petr

Osobnostní a sociální rozvoj, aneb, Strom, mozaika a vzducholod' / Petr Soják. --

Vydání 1. -- Praha : Grada, 2017. -- (Pedagogika)

ISBN 978-80-271-0342-3

37.011.3-051 * 331.546 * 37.013.42 * 37.032/.035 * 159.923.5 * 159.923.2 * (048.8)

- pedagogové
- profesní kompetence
- sociální pedagogika
- osobnostní a sociální výchova
- sebevýchova
- sebepoznání
- monografie

37 - Výchova a vzdělávání [22]

PETR SOJÁK

Osobnostní a sociální rozvoj

ANEB STROM, MOZAIKA A VZDUCHOLOŮ

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována ani šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude trestně stíháno.

Mgr. Petr Soják, Ph.D.

**OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ ROZVOJ
aneb Strom, mozaika a vzducholod'**

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7
tel.: +420 234 264 401, fax: +420 234 264 400
www.grada.cz
jako svou 6841. publikaci

Odpovědný redaktor Zdeněk Kubín
Sazba a zlom Milan Vokál
Návrh a zpracování obálky Antonín Plicka
Počet stran 208
Vydání 1., 2017

Vytiskla Tiskárna v Ráji, s.r.o., Pardubice

© Grada Publishing, a.s., 2017
Cover Illustration © Depositphotos/Zagory

ISBN 978-80-247-4517-6 (ePub)
ISBN 978-80-247-4447-6 (pdf)
ISBN 978-80-271-0342-3 (print)

Obsah

Cesty k pohádkám	7
1. Bylo, nebylo, a je...	9
1.1 Cestou necestou k osobnostnímu a sociálnímu růstu studentů na katedře sociální pedagogiky od roku 2001	13
1.1.1 <i>Kompetence jako řemeslo a umění</i>	17
1.2 Každý člověk je pro nás příliš důležitý, než abychom ho odbyli univerzálním řešením	22
1.2.1 <i>Smysl OSP ve studiu sociální pedagogiky a jeho využití v praxi</i>	22
1.2.2 <i>Krátká úvaha nad formou a obsahem v komunikaci</i>	24
1.3 Náš dům, náš hrad	26
1.3.1 <i>Vlastní zodpovědnost jako vstupní kámen k OSR</i>	27
1.3.2 <i>Další užitečné stavební kameny v koncepci OSP</i>	28
1.3.3 <i>Jak tedy zhruba u nás OSP vypadá</i>	33
1.4 Pořád se něco děje	35
1.4.1 <i>S.I.N. – rozvoj osobnosti v rámci OSP</i>	39
1.4.2 <i>Jak jsme sem došli aneb Vývoj předmětu v krátké charakteristice</i>	41
Závěr	44
Zdroje	45
2. Strom, mozaika, vzducholod'	49
2.1 Strom	53
2.1.1 <i>Jak v dnešním světě rosteme... aneb Něco málo metaforických úvah ke stromu a jeho růstu</i>	55
2.1.2 <i>Strom jako metafora našeho osobnostního a sociálního růstu, v pojetí „pospíchej pomalu“</i>	62
2.2 Mozaika	66
2.3 Vzducholod'	74
2.3.1 <i>Flow</i>	75
2.3.2 <i>Vliv skupiny</i>	83
Zdroje	88

3. Šestero jevů aneb Kudy cesta vede a nevede	91
3.1 Za devatero horami, řekami a lesy	92
3.1.1 <i>Úrovně kompetentnosti</i>	95
3.1.2 <i>Závěrem</i>	102
3.2 O líném Honzovi, jak ke štěstí přišel	103
3.2.1 <i>Lektorská moc při vedení lidí přes hranice zóny komfortu</i>	105
3.2.2 <i>Objektivní a subjektivní riziko při přechodu přes zónu komfortu</i>	112
3.2.3 <i>Závěrem</i>	119
3.3 Dlouhý, Široký a Bystrozraký	120
3.3.1 <i>Jak tedy klást otázky z hlediska cíle</i>	124
3.4 Nasycený otesánek	129
3.5 Stríčky reflexe ve skupině	137
3.5.1 <i>Co je reflexe</i>	137
3.5.2 <i>Kudy tedy cesta nevede</i>	142
3.5.3 <i>Závěrem</i>	150
Zdroje	151
4. Tři pravidla pokory lektora OSP	156
4.1 První pravidlo pokory: pokora k moci	157
4.2 Druhé pravidlo pokory: pokora k času Kronos a Kairos	163
4.3 Třetí pravidlo pokory: pokora k pozornosti a napojení se na klienta	168
Zdroje	175
5. Něco málo buchet na cestu aneb Metodické náměty	176
Harmonogram a zaměření	178
Metodika vybraných technik	179
<i>První semestr aneb „V mojí hlavě a v mém těle“</i>	179
<i>Druhý semestr aneb „Moje odrazy a stíny“</i>	190
<i>Třetí semestr aneb „Sklízení první úrody“</i>	197
6. Závěrem aneb Tohle jsem měl přece říci já	199
Zdroje	200
Rejstřík věcný	201
Rejstřík jmenný	204

Cesty k pohádkám

„Přeji pěkný den...“ slova, jimiž se obvykle loučím ve svých dopisech. Zde tímto krátkým spojením slov začínám. Mohou znít obyčejně, ale také mít velkou sílu ve chvíli, kdy se potřebujeme o někoho opřít (včetně sebe) a pokračovat dál na své cestě za štěstím, přičemž štěstí vnímám jako trvalejší a intenzivní formu radosti.¹

A tak v optimistickém naladění, že se konečně po více než patnácti letech práce s různými rozvojovými či terapeutickými skupinami dostávám k napsání této knihy, mi připadá příhodné představit svůj text pomocí metafory pohádkového příběhu. Zvolil jsem tuto formu díky čistotě pohádkových příběhů, které obvykle končí dobře a k nimž se i v dospělosti rádi vracíme. A přestože jde o svět fantazie, často se sami přistihneme, že jsme v daném příběhu plně ponoření a reálně jej prožíváme, což nám naznačí naše projevované ne/libé emoce.

Způsob mého (do)provázení skupin a lidí (klientů), kteří nějakým způsobem pracují na svém osobnostně sociálním rozvoji, stojí na jednoduché myšlence: každý je mocným. Mým úkolem je (do)pomoci klientovi k tomu, aby se sám sobě stal vlastním učitelem a průvodcem. Nemohu nikoho nic učit, jestliže on sám nechce, a navíc to, co jsem schopen předat, patří pouze mně, a pokud by to ode mě kdokoli jen slepě převzal, nikdy by se nestal bytostí autentickou, svébytnou a odpovědnou za svůj osobní a profesní život.

Stejně jako pohádkový Honza, který vyrazí do světa na zkušenou, věřím, že kdo se jednou vydá na cestu vlastního sebepoznávání, bude se k ní stále vracet, neboť je to cesta k sobě samému, k druhým a k tomu, co v životě vytváříme. Podobně jako každý pohádkový příběh, má i naše cesta životem nějakou podstatu či smysl, a to i ve významu, že změna je vždy možná². Věřím také, že příroda se dokáže sama a zcela spontánně uzdravovat. A protože i my jsme příroda, mají tuto schopnost také naše tělo a mysl.

Doufám, že předkládaný model knihy, kterou bych nazval zkušenostně-metodic-kou monografií, přijme také odborná veřejnost. Kniha je primárně určena stávajícím i budoucím pedagogům (zejm. sociálním pedagogům), kterým se věnuji na PdF MU v Brně v oblasti tzv. osobnostně-sociální přípravy (OSP). Věřím, že právě pedagogové jako průvodci vzděláváním potřebují kromě nabytých oborových znalostí znát především sami sebe ve vztahu k sobě, k druhým a k profesi.

Motiv pohádkového příběhu v této knize vnímejte spíše jako jakýsi základní odstín barev, který se celou knihou prolíná v podobě názvů kapitol, použitých metafor a někte-

¹ „Radost je příjemná emoce, vznikající v reakci na úspěch či zisk. Slabší formou radosti je spokojenost, silnější extáze. Trvalejší a intenzivní forma radosti je pocit štěstí. Radost je často doprovázena úsměvem či smíchem.“ (Hartl, P. *Psychologický slovník*, 1994, s. 103.)

² Jedna ze základních premis transakční analýzy (TA) pro léčbu či osobnostní a sociální růst.

rých příběhů z mé praxe. Samotná publikace staví na předpokladu možného předání získaných zkušeností. Kromě vlastní praxe jsem je čerpal i ze setkání se zajímavými lidmi, kteří mě významně ovlivnili v tom, jak své klienty a studenty v současné době provázím na cestách jejich osobnostně-sociálního růstu (OSR).

Tuto knihu bych proto rád věnoval všem výjimečným osobnostem, které jsem na své cestě za štěstím přímo nebo alespoň prostřednictvím jejich myšlenek potkal (Radvan Bahboub, Blanka Čepická, Magdalena Frouzová, Peter Gavora, Alan Gintel, Radek Hanuš, Ivo Jirásek, Oldřich Kvasnička, Jiří Němec, Petr Netočný, Zdeněk Novotný, Lenka Remsová, Kateřina Šilhánová, Jitka Švíglerová, Ivana Vostárková, Jindřich Vrabec, Adriana Wiegerová, ..., Václav Havel, Reinhold Messner a mnoho dalších). Právě oni mi umožnili vnímat svět a život vždy s nadějí. Ukázali mi, že je důležité najít vůli hledat a jít na své cestě dál.

1. Bylo, nebylo, a je...

*Neprosím, Pane, o zázrak, ale o sílu pro všední život.[...]
Nauč mě umění malých kroků.
(výňatek z Modlitby Antoine de Saint-Exupéryho)*

V roce 1999 jsem ve Skálově institutu zahájil svůj první psychoterapeutický sebezkušenostní výcvik. Bylo mi dvacet čtyři let, dokončil jsem svou první vysokou školu a chystal se na kariéru středoškolského učitele. Začal jsem objevovat kouzlo poznávání sebe sama a druhých trochu jinak než do té doby. Život se stácel po dalších a nových cestách, ačkoliv jsem měl pocit, že už jsem toho hodně zažil a poznal o sobě, druhých, o světě i životě.

Pondělí, 17. 5. 1999

První den³

- V sobotu jsem nevezal stopaře, doufám, že se mi stopařský bůh nepomstí.
- Nepomstil! Za šest hodin jsem přijel z Brna do Sloupu v Čechách – Uf. Dost malebné místo, na to, že jedu do absolutního neznáma.
- Na jednu stranu se těším, poněvadž očekávám, že po dlouhé době si budu hrát já, a ne lidi, které nějakým způsobem, „musím“/„chci“ navigovat a motivovat někam jít v rámci kurzů, které pro ně připravuji a realizuji.
- Na druhou stranu se dost bojím, abych nepřijel někam, kde nemám co dělat, poněvadž si představuji, že zde bude samý doktor, psychiatr, terapeut, psycholog, kteří mi ukáží cestu správného života a konečně mi řeknou, v čem dělám v životě chyby; že nejsem tak dobrý, jak si o sobě myslím, že jsem...

První sezení: 13.00–14.30 (představují se nám naši budoucí lektoři)

- Všichni rodiče⁴ nám sdělují své indicie a čekají, že z nás dostanou otázky na sebe, které neumíme položit...
 - Je nás tu moc, co se vidí poprvé v životě. A mám pocit, že jsou na tom všichni stejně jako já – prostě nerozumí tomu, co se po nich zrovna chce...

³ Úryvek z autorova deníku psaného v rámci sebezkušenostního výcviku v letech 1999–2003: Pětiletý sebezkušenostní výcvik ve skupinové a dynamické psychoterapii v oblasti závislosti s nadstavbou teoretického studia a nabídkou dalšího supervizního vedení (Skálův institut – Addiction training institute, Praha, www.skaluvinstitut.cz).

⁴ Rodiče = lektoři jednotlivých výcvikových skupin v celé komunitě. Tato komunita měla cca 45 lidí a byla rozdělena do čtyř rodin neboli výcvikových skupin, z nichž každá měla dva rodiče (lektory), vždy muže a ženu (lékař/psychiatr/psychoterapeut/psycholog/pedagog aj.).

- Jak se mám zeptat na něco osobního, když nevím, kam až mohu svou otázkou zajít?

Druhé sezení: 16.00–18.00 (představujeme se my – frekventanti)

- Naštěstí na mě vyšla řada jako na jednoho z prvních. Představa, že musím hodinu čekat, než o sobě něco řeknu, by mě asi ubijela. Ale jsem překvapen, jak se mě málo ptají. Proč se mě nikdo z ostatních na nic nezeptal? To jsem tak obyčejný, nezajímavý? (Vždycky se mě všude někdo na něco ptá. Na tohle nejsem zvyklý.)
- Trému jsem zas tak velkou neměl, čekal jsem to horší.

Třetí sezení: 19.00–20.30 (první společná technika – tanec poslepu – ve volném prostoru, na louce)

- Už chápu, proč jsme v areálu chaték úplně sami – kdyby nás někdo pozoroval, asi by si představoval, že přijeli lidi z Bohnic.
- Miluji tanec a jsem rád, že všechny ženy, se kterými jsem tančil (i když jsem je neviděl), se nechaly vést. I slečna v oranžovém – evidentně má něco společného s tancem, nemůže si stěžovat na svou postavu a všemi obdivovanou taneční mluvu.
- Překvapilo mě, že po tanci jsem si dokázal vybavit jen zhruba polovinu tanečnic, které jsem prováděl. Asi bych si potřeboval k nim přivonět.

Pocity z prvního dne

- Poprvé si píši nějaký deník – moc nevím, co a jak psát.
- Poznávám se ve své prvotní opatrnosti k okolí, ačkoliv doufám, že se pak jako vždy rozjedou naplno.
- V mých fantaziích se objevují krátké a krásné doteky rtů – nerozumím, kde se to vzalo.
- Příjemná únava.
- Jinak zatím nic moc, až na tu uzavřenou mysl při tanci.
- Zatím se bojím mluvit, ač jsem zvyklý vést diskuse – možná je to tím, že je teď nevedu.

Zamyšlení

Když jsem sem jel, myslel jsem si, jaké nemám hrozné životní problémy. Ale když jsem slyšel všechny ostatní, uvědomil jsem si, že vedu vcelku pohodový život.

Možná jste čekali v deníku něco zvláštního či tajemného, ale byl to jen další obyčejný den obyčejného člověka, kterému se v té době začal v hlavě tvořit projekt „Obyčejní lidé“⁵. V tu chvíli si však myslel, že je neobyčejný člověk. Ve své stávající pokoře dnes vím, že

⁵ Projekt „Obyčejní lidé“ je souborem několika krátkodobých, specificky zaměřených seminářů a kurzů z oblasti zážitkové pedagogiky, při kterých je kladen důraz na rozvoj osobnostní a sociální kompetence formou skupinové práce. Výzkumné podchycení a vše další podstatné o projektu naleznete v Soják, P. *Specifické formy rozvoje osobnostní kompetence u sociálních pedagogů* [online].

nejsem neobyčejný, ale jedinečný. Prostě originál, který si utváří sám sebe za pomoci sebe a okolí, v němž se nějak vyskytl vlastní vůlí, náhodou či za přispění dalších. Věřím, že abych takový byl, musím něco investovat, stále se učit přijímat a dávat.

Všimněte si, že v ukázce z deníku převažují popisné formy jazyka. Podobně o sobě píše, myslí a mluví většina lidí, kteří mají první zkušenost s nějakou formou osobnostního a sociálního rozvoje (dále jen OSR).⁶

Loni v létě, s rodinou u moře, jsem přečetl drobnou zajímavou knihu *Poselství šamanů* (Lüpke, 2009), kde J. S. Eagl (šaman prastaré kultury Anasazi a Hisatsinom), který učí a přednáší na různých univerzitách zejména v Americe, píše o objevování sebe sama následující: „Jakmile se životu snažíš vnutit něco, k čemu jsi sám ještě nedospěl, rozplyne se jako pára. Chceš-li si ho vychutnat, musíš být trpělivý. I když ti bude připadat pořád stejný, postupně budeš odkrývat nové a nové vrstvy. Je to něco podobného jako vztah k blízkému člověku: čím více o něm víš, tím víc ho oceňuješ. A jednoho dne zjistíš, že navzdory jeho chybám k němu chováš láskyplnou, nejvyšší úctu. Dokonce v těch chybách objevíš půvab... Když se ti ale v životě přestane dařit, kdo je tvůj největší nepřítel? Jsou to tvé okamžité životní podmínky, tedy právě ty nejtěžší okamžiky! Co máš v takové situaci dělat? Musíš se naučit je milovat. V tom spočívá celé tajemství. A právě to se momentálně učím.“

Ptáte se: O čem je osobnostně sociální rozvoj? Podobnou otázku jsem dostal už mnohokrát. Obvykle směřovala k hledání významu toho, co vlastně s těmi lidmi dělám. Co je učím? Zrychlenou doplňující interpretací tazajících se zároveň bylo: „Takže ty si s nimi na vysoké škole hraješ, děláš nějaké techniky, povídáš si s nimi a tím je něco učíš a ve firmách ti za to platí?“ Odpověď zní: ANO. Jak? Tak o tom je tato kniha.

V roce 2006, kdy jsem dokončoval Ph.D., jsem měl možnost přečíst knihu *Osobnostní a sociální výchova* J. Valenty (2006), který napsal v rámci projektu „Dokážu to“ asi jednu z prvních souhrnných knih v České republice, věnující se osobnostní a sociální výchově (dále jen OSV) jako jednomu z tzv. průřezových témat zavedených v rámci RVP (rámcově vzdělávacích programů). Zde vymezil tři základní kompetence – **osobnostní, sociální a morální rozvoj** –, které jsou také pro mě ve vzdělávání stávajících i budoucích pedagogů jakousi základní triádou při vedení lidí v OSR. Valenta své zkušenosti následně znovu rozšířil a shrnul v knize *Didaktika osobnostní a sociální výchovy* (Valenta, 2013) a v mnoha dalších. V roce 2006 jsem pátým rokem učil na vysoké škole a věnoval se mimo jiné předmětu Osobnostní a sociální příprava (dále jen OSP).

Mou ambicí zde není suplovat a znovu prepisovat jinými slovy to, co už bylo k tématu OSV napsáno nejen již zmiňovaným autorem. V české kotlině v různých ohledech bylo

Brno, 2007 [cit. 2017-12-20]. Dostupné z WWW: <http://is.muni.cz/th/9726/pedf_d/>. Disertační práce. Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta. Vedoucí práce Stanislav Střelec.

⁶ Ještě se k tomuto tématu vrátím v kap. 3.3 Zóna komfortu a v kap. 3.6. Stríčky reflexe.

o tématu OSR napsáno a realizováno mnohé⁷. Pokusím se zde popsat zejména perspektivu mého odborného pohledu ve vzdělávání v této oblasti a nastínit pojetí tématu OSR, kterým již přes pětadvacet let (na vysoké škole v předmětu OSP od roku 2001) na různých úrovních (vzdělávání, poradenství, psychoterapie a koučování) provádím účastníky kurzů, studenty, klienty. Samozřejmě se v tomto ohledu odkážu i na zajímavé publikace, které jsem měl možnost prostudovat na své cestě za poznáním v této oblasti a z nichž jsem čerpal. Shrnu tedy vše, co mě ovlivnilo, vedle vlastních nabytých zkušeností z absolvovaných kurzů, školení, projektů, literatury, při tvorbě koncepce předmětu OSP na katedře sociální pedagogiky při Pedagogické fakultě Masarykovy univerzity (dále jen KSP PdF MU) a dalších předmětů při přípravě pedagogů, která souvisí s OSP.

Vymezování a rozvoji osobnostní a sociální kompetence pedagogů (primárně sociálních pedagogů) se ve své profesní kariéře věnuji průběžně více než patnáct let. Můj popis koncepce OSP najdete v jakési první ucelenější podobě v článku *Profil osobnostní a sociální kompetence sociálního pedagoga pedagogických pracovníků* (in Kolář, Lazarová, 2008). Od té doby a doby předchozí se filozofie a struktura předmětů, které se týkají OSR našich studentů, o krok posunula a věřím, že se tak bude dít i nadále, nejen v duchu úvodního Exupéryho poselství o umění malých kroků.

Nabídnou vám zde vhléd, jak se tato cesta vyvíjela v rámci našeho oboru od roku 2001 a kde jsme ve vzdělávání v tomto ohledu nyní. Nastíním perspektivu pojetí edukace v oblasti OSR stávajících a budoucích pedagogů, nejen studentů oboru sociální pedagogika a volný čas. OSR považuji za důležitou a významnou oblast přípravy a vzdělávání všech pedagogů.

Představím vám zkušenostní pojetí několika pojmů a témat v dané oblasti, podpořené teoretickou analýzou z vybraných odborných publikací a několika střípky výzkumných či pozorovaných záznamů z toho, jak předmět OSP již několik let budujeme v rámci oboru sociální pedagogika. Samotný předmět OSP 1, 2, 3 nelze oddělit v rámci přípravy studentů od návaznosti na další povinné či volitelné předměty a kurzy (zejm. z oblasti zážitkové pedagogiky), jimiž studenti našeho oboru procházejí. Je součástí celé koncepce vzdělávání v daném oboru a „ne/jisté“ víze toho, jak by se měl profilovat člověk, který se pohybuje v oblasti pomáhajících profesí.⁸

Předměty a kurzy, které se týkají pedagogiky volného času a zážitkové pedagogiky, jsme již popisovali v publikaci *Kuchařka pro lektory zážitkově orientovaných kurzů aneb*

⁷ Z hlediska sepsaných metodik a z vlastní dobré zkušenosti s nimi bych zde doporučil např. Projekt Odyssea, z. s. (<http://www.odyssea.cz/metodiky-osv.php>), který cíleně a dlouhodobě pracuje v oblasti OSV přímo s pedagogy na ZŠ a SŠ, v této oblasti již bylo v rámci tohoto projektu mnohé publikováno (zejm. na praktické a metodické úrovni).

⁸ Pomáhající profese – jedná se o povolání, jejichž cílem, smyslem a náplní je nějaká profesní pomoc, podpora druhých lidí. Patří sem např. lékaři, psychologové, psychoterapeuti, zdravotní sestry, sociální pracovníci, sociální pedagogové, speciální pedagogové, učitelé, poradenští pracovníci, duchovní a další.

(*Ne*)vaříme z vody (Soják a kol., 2014, 2015), do níž vám v rámci této monografie také doporučuji nahlédnout, neboť doplňuje některé myšlenky a koncepce zde uvedené jak v teoretické, tak i praktické rovině.

Mnoho věcí budu primárně popisovat ve vztahu k oboru sociální pedagogika, ale vzhledem k tomu, že se nám pomalými krůčky začíná dařit tyto koncepce zařazovat (např. ve spolupráci s katedrou pedagogiky i do všeobecné profesní přípravy všech pedagogů na PdF MU⁹), můžete popisované jevy akcentovat i přímo pro oborové pedagogy. Kromě toho se již dlouhodobě na katedře snažíme různými projekty, publikacemi, iniciativami a výzkumy zařadit sociálního pedagoga jako legitimního člena pedagogického sboru přímo do škol, kde vnímáme zejména v dnešní době jeho roli jako důležitou.

1.1 Cestou necestou k osobnostnímu a sociálnímu růstu studentů na katedře sociální pedagogiky od roku 2001

Jsme nikoliv to, co si myslíme, že jsme, ani to, co chceme být, ale to, co děláme a autenticky prožíváme, dělá z nás to, co jsme.
(V. Smékal, 2004, s. 33)

Sociální pedagog, podobně jako jiný pedagog, rozličným způsobem edukace a různým přístupem k lidem provází své klienty, žáky aj. na jejich cestě rozvoje a růstu¹⁰. Za tím vším je i možnost rozvíjet osobnostní a sociální kompetenci (převážně v rozvoji schopnosti a dovednosti sebereflexe), kterou studenti získávají v rámci studia převážně v předmětu, který jsme nazvali Osobnostní a sociální příprava (OSP). Tento předmět koresponduje v obecné rovině přípravy odborníků v oblasti pomáhajících profesí se sebezkušenostními výcviky v různých psychoterapeutických směrech, s interakčními sociálně-psychologickými výcviky (např. v rámci studia psychologie), se sebezkuše-

⁹ Na základě nových akreditací bylo do všeobecného základu všech pedagogických oborů na PdF MU zahrnut seminář OSP, dále mohou studenti pracovat na svém OSR (např. v předmětech SZ2BP_SZP1 Sebezkušenostní příprava na profesi 1; SZ2BP_SZP2 Sebezkušenostní příprava na profesi 2 atd.).

¹⁰ V jakémsi stručném přehledu pochopení různých rovin OSR zde odkazují na článek OSR – o významu pojmu „optika pedagogického diskursu“ (Kolář, Nehyba, Lazarová, 2011).

nostními krátkodobými či dlouhodobými kurzy a semináři v oblasti artefiletiky.¹¹ Jsme rádi, že jsme mimo jiné byli inspirací pro zavádění tohoto či podobných předmětů do všeobecného základu vzdělávání pedagogů na PdF MU.

Dovolím si tvrdit, že díky rozvoji v oblasti OSR odcházejí naši studenti do vlastní praxe s lepším vybavením a poznáním¹², jak vychovávat, vzdělávat a naplňovat své poslání. Vše se snažíme realizovat ve smyslu podpory jejich soft skills¹³ v modu operandi¹⁴: „Těžko na cvičišti, lehký na bojišti!“ Bohužel efektivitu a hmatatelné výstupy nemůžeme podpořit zatím žádnými obecně prokazatelnými výsledky z výzkumných šetření, protože v osobnostním i profesním růstu hraje roli mnoho proměnných a zatím se nám nepodařilo připravit projekt, který by to nějak výzkumně sledoval, analyzoval a následně interpretoval. V blízké budoucnosti se chystáme na PdF v rámci GAČRu¹⁵ na projekt v podobném duchu, jako nyní realizuje tým pod vedením prof. PhDr. Zbyňka Vybírala, Ph.D.¹⁶

Drobné skeptické okénko I

Na osobnostní a sociální rozvoj pedagogů, možná i obecně v oblasti rozvoje soft skills, je v naší společnosti stále nazíráno s určitým despektem a z hlediska druhořadého významu ve vzdělávání a přípravě pedagogů a dalších odborníků v pomáhajících pro-

¹¹ „Artefiletika je reflektivní, tvořivý a zážitkový pojetí vzdělávání a výchovy, které vychází z vizuální kultury nebo jiných expresivních kulturních projevů (výtvarných, dramatických, hudebních, tanečních). Pojem ‚artefiletika‘ je odvozený z latinského *ars, artis* = umění, a řeckého slovního kořene *-fil-*, který vyjadřuje vztah anebo příznivý postoj (např. ‚mít rád‘). V tomto případě se týká tzv. filetického pojetí výchovy (Bresler, 1994; Slavík, 2001, s. 12), které je založeno na respektování osobních zkušeností i potřeb žáků a směřuje k jejich intelektuálnímu a morálnímu rozvoji prostřednictvím reflektivní komunikace.“ (Dostupné na WWW:<<http://www.artefiletika.cz/modules/articles/article.php?id=9>>.)

¹² Poznatky a výstupy k tomuto tvrzení můžete najít např. v některých vybraných publikacích či přímo studentských závěrečných pracích, které jsme v tomto ohledu v rámci studia publikovali a prezentovali (Soják, Kristková, 2011; Soják, Navrátilová, 2011; Moncmannová, 2013).

¹³ Co vše si pod pojmem „soft skills“ = měkké dovednosti z hlediska OSR představit? Pokusím se je zde nastínit v celkové šíři ve vztahu k OSP. V jakémisi krátkém přehledu můžeme říci, že se jedná o schopnosti a dovednosti z oblastí jako emoční inteligence, interakce a komunikace, spolupráce s druhými lidmi, řešení problémů a konfliktů, time management (smysl a filozofie života), kreativita, řídicí a vůdčí schopnosti směrem k druhým, směrem k sobě (sebeřízení), morální a hodnotový systém, psychohygienu aj.

¹⁴ Myšleno ve smyslu způsobu provedení/realizace.

¹⁵ Grantová agentura České republiky (GA ČR) je organizační složkou státu, která jako jediná instituce v naší zemi poskytuje z veřejných prostředků účelovou podporu na projekty základního výzkumu. Blíže na <https://gacr.cz/o-ga-cr/o-nas/>.

¹⁶ Informace k projektu naleznete na <https://www.muni.cz/vyzkum/projekty/13724>.

fesí. V podobně skeptickém duchu na tento aspekt upozorňuje v úvodních kapitolách nedávno vydané publikace také M. Kolařík (2011). Publikace se věnuje interakčnímu sociálněpsychologickému výcviku v přípravě psychologů i pedagogů.

Sice jsem v oblasti OSR proškolil již mnoho pedagogů, ale osobně se domnívám, že míra uvědomění si potřebnosti rozvoje v této oblasti z hlediska profesního uplatnění je stále nízká, a to nejen z hlediska zájmu, ale i pochopení, ačkoliv obligátní Sokratovská výzva „Poznej sám sebe, poznáš tím druhé!“ a Platonův popis poznání při vyvádění lidí z jeskyně stínů již dávno mluví o potřebě znalosti sebe samého v určité míře a potřebě sebereflexe. Platí to zejména v oblasti pomáhajících profesí, do které řadíme i pedagogy¹⁷. Občas mám pesimisticky laděný pocit, že se pedagog ve své roli průvodce a zprostředkovatele vědění stále více blíží svému původnímu statusu v dobách řecko-římských – být otrokem svého pána (systému), bez možnosti vlastního poznání a rozvoje.

Ale třeba jsem jen zaujatý díky svým zkušenostem a získanému vzdělání i v jiných oborech, například v oblasti psychoterapie a koučování, kde je sebepoznávání a OSR jistou normou kvality a samozřejmostí. Čas od času také zaslechnu, že i psychologická obec či samotní pedagogové vnímají pedagogy jako něco druhořadého ve smyslu a potřebě rozvoje osobnosti a vztahují jejich „průvodcovský“ význam pouze v rovině edukativní, respektive jen v její části vzdělávací (učící), nikoliv rozvíjející a výchovné.

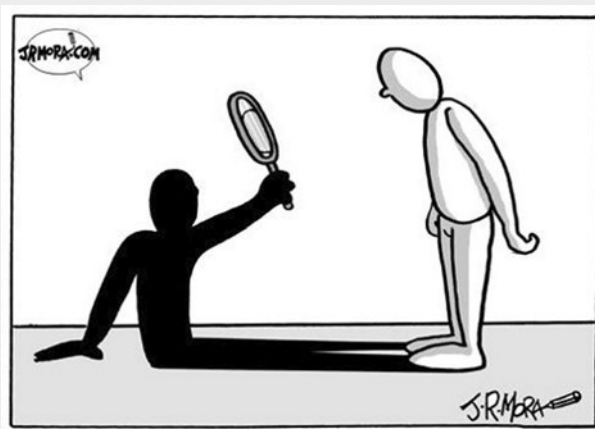
Mohu říci, že zabývat se sám sebou je energeticky i časově náročné a těžko měřitelné v převodu jednotek na finančně ekonomickou rovinu užitku. Získané zkušenosti v oblasti práce se sebou samým si často uvědomujeme až v pozdějším věku, kdy hodnotíme to, jak jsme se svým životem vlastně naložili. (Ale mám za sebou teprve krizi čtyřicátníka.) Proč se tedy zabývat sám sebou dříve a v reálné přítomnosti? Je to podobné jako s prevencí (třeba závislostí), zejména tou primární. Sekundární a terciální prevence přeče

¹⁷ Podle Úlehly (2005) existují následující podoby profesionálního způsobu pomoci klientovi:

- Doprovázení. Začíná v momentě, kdy klient přichází pro pomoc v souvislosti s nesnází, kterou nelze změnit. Neočekává tedy změnu, ale touží mít po boku někoho, kdo mu obtížnou situaci pomůže zvládnout.
- Vzdělávání. Klient přichází k odborníkovi, protože zjistil, že má mezery ve svých znalostech, zkušenostech, vědomostech, které si výslovně žádá zaplnit informacemi, vysvětlením, poučením. Pracovník mu má být v tomto nápomocen, ale nejprve se přesvědčí, že je to opravdu to, co si klient přeje.
- Poradenství. Klient usiluje o rozvinutí vlastních možností, aby mohl překonat překážky, které pociťuje a které mu znemožňují dosáhnout cílů. Žádá po odborníkovi, aby mu prostřednictvím nabídky rad, návrhů, nápadů či námětů pomohl odstranit to, čemu nerozumí a co mu brání v rozšíření jeho možností.
- Terapie. O spolupráci formou terapie lze mluvit v případě, kdy si klient přeje zbavit se svého trápení, zmenšit svou bolest a zároveň se však domnívá, že by to bylo možné. Úkolem pracovníka je společně s klientem vytvářet nevhodnější způsoby, postupy a cesty, jak potíže vyjasnit, najít řešení problémů, přičemž pracovník staví na klientových schopnostech.

jen více řeší i důsledky konání společnosti a nás samotných. Ale když jsme zdraví, proč vlastně navštěvovat lékaře? Aby nám řekl, že jsme zdraví? Proč se ptát sám sebe: Kdo jsem a kam směřuji, když jsem vlastně v pohodě a nic mi nechybí?

Těžko říci jeden důvod, ale faktorů je mnoho. Primárně bych začal od odklonění se vnímání prevence ve vztahu k důsledkům, které nám v životě zabraňují či pomáhají žít spokojený život. Hodnota lidského života není měřitelná jen hodnotou ve smyslu ceny, ekonomického důsledku, konkurenceschopnosti, názorového výkladu správnosti naší znalosti či dovednosti bez chyb. Jedním ze základních atributů vlastního života dle koncepce OSR je schopnost a míra sebereflexe¹⁸.



Obř. 1 Zkušenost získáme sebe/reflexí (zdroj: <http://www.jrmora.com/blog/2008/07/02/aparcando-el-blog/>)

Tu se snažím v oblasti OSR naplňovat u našich studentů již od počátku jejich studia právě proto, že se jedná o celoživotní/dlouhodobý proces. Čím dříve ve svém životě začneme, tím více se toho o sobě můžeme dozvědět a nebudeme jen pasivními konzumenty ve světě, ve kterém jsme se nějak vyskytli.

Proto věřím, že zastavením se účastníků u „společného ohně“ a u „plamene své hořící svíce“, jak tomu v OSP metaforicky říkáme, nabízíme účastníkům v těchto setkáních minimálně právě to zastavení se a hledání vlastního modu vivendi¹⁹.

¹⁸ „Mostem, jímž se osobnost sjednocuje s organismem, jsou **temperament, vitalita a vlohy**. Mostem, jímž se osobnost spojuje se světem druhých lidí, společnosti a kultury, jsou **charakter a schopnosti**. Mostem, jímž se osobnost spojuje s ideálním já a s duchovní vrstvou osobnosti, je **sebereflexe**, k níž jedinec dospívá cílevědomým autoregulačním úsilím.“ (Smékal, 2004, s. 19)

¹⁹ Způsobu života, životního stylu ve vztahu k sobě, druhým, profesi.

1.1.1 Kompetence jako řemeslo a umění

Zkušenost není to, co člověk potká, ale co člověk udělá s tím, co ho potkalo.
(A. Huxley)



Obr. 2 Ruce – technika z autorského kurzu *Znáš svou tvář* (2004), součást projektu *Obyčejní lidé* (Zdroj: archiv autora)

Než přejdeme k popisu OSR, považuji za vhodné se zde zastavit u vymezení slova „kompetence“. V praktické rovině se z hlediska zkušenostního modelu budu kompetencím věnovat ještě v následující kapitole 2, v metaforické podobě tří symbolů provázející OSR – **strom**, **vzducholod** a **mozaika**, které daly název této knize. Zde jen krátce ve stávajícím teoretickém vymezení tohoto pojmu.

V dnešní době tří mainstreamových generací X, Y a Z²⁰ a nově nastupující generace alfa nabývám pocitu a považuji za důležité upozornit na to, že to vypadá, jako by se mnoho stávajících studentů (budoucích pedagogů) domnívalo, že kompetenci k něčemu lze získat jednoduše, pouze nějakým klikem²¹ nebo jen v instantní podobě z nějakého návodu, příručky, metodiky, učebnice či jedné reflektované zkušenosti, získané

²⁰ Asi zásadní (ale zjednodušený) rozdíl mezi generacemi X, Y a Z je, že jedinci generace X pamatují život před vzestupem využívání masových technologií, zatímco následující generace se narodila až po něm. Tato generace se také narodila do éry postmodernismu a globalizace.

²¹ Na tento fenomén upozorňuje např. L. Kopecký (2013).

na základě jednoho prožitku²². Možná to zní vůči této generaci současných studentů vysoké školy příliš tvrdě a černobíle, ale chci jen upozornit na to, že u kompetence jde a půjde o kombinaci mnoha faktorů v průběhu celého profesního a osobního života, i když žijeme v tzv. zrychlené době. Prostě tak, jak je kompetence vlastně definována, například v rámci RVP²³. Na druhou stranu je to pro mě generace, které neschází sebevědomí, má ráda výzvy a nebojí se překonávat překážky. Provází ji optimismus a je zaměřena na výsledky.

V této knize budu psát více o pocitu a zkušenosti z vedení zejména stávajících generací Y a Z, studentů narozených po sametové revoluci, které v různých formách provázím. Aniž bych chtěl v tomto duchu nějak moralizovat a generalizovat, co je správné a co špatné, mám někdy pocit, že většina mých studentů tak uvažuje. Jednoduše někde na něco rychle klikneme pomocí nějakého ovladače anebo z hlediska intuitivního přístupu, na jehož základě jsou konstruovány moderní dotykové technologie, budou nebo nebudou svět a život fungovat, a to včetně naší kompetence. Důkazem toho, že život nefunguje 50/50, jsou výzkumně studované fenomény jako například „syndrom FOMO“ nebo „fenomén failing boys“²⁴, tedy narůstající počet dětí a dospívajících, kteří se neumějí vyrovnávat se stresem a zátěžovými situacemi, s případnými následnými suicidiálními tendencemi.

Samotná rozvíjená kompetence (neboli způsobilost) v rámci systému vzdělávání a získaná životní či profesní praxe v jakémkoliv tématu (oboru aj.) nám primárně umožňují náhled a následně možnost rozvinutí naší vstupní preference²⁵ se něčemu v životě profesně či jinak věnovat. Je však velmi důležité na této naší kompetenci dále pracovat a rozvíjet ji prakticky celoživotně. A to stojí energii a čas. Cesta za tímto poznáním nebude a nemůže fungovat jen v podobě kliknutí a pasivního příjmu z nějakého obecně platného instantního návodu bez vlastní investice času a energie.

Musím však konstatovat, že se to stále častěji neshoduje s pochopením některých mých současných studentů. Mám pocit, že po získání či „nakopírování“ několika dat

²² Na toto již upozorňujeme s kolegy (Soják, 2014) prostřednictvím slov jiných autorů (např. Hanuš, Chytilová, 2009; Srb, Švec, 2007).

²³ „Kompetence jsou definovány jako kombinace znalostí, dovedností a postojů odpovídajících určitému kontextu. Klíčovými kompetencemi jsou ty, jež všichni potřebují ke svému osobnímu naplnění a rozvoji, aktivnímu občanství, sociálnímu začlenění a pro pracovní život. Referenční rámec zahrnuje osm klíčových kompetencí, blíže jsou dostupné na <<http://www.rvp.cz/clanek/490/1140>>. Podrobněji viz *Rámcový vzdělávací program pro základní školy*. [online]. 2006 [cit. 2008-02-18]. Dostupné z WWW: <<http://www.scio.cz/skoly/rvp/odstavec.asp?odstavecID=1000>>.

²⁴ Novodobé syndromy generace Y a Z: syndrom FOMO – *fear of missing out* (strach ze zmeškání), zajímavé odkazy na toto téma je možné nalézt na stránkách organizace Nevypusť Duši; *failing boys* (fenomén neúspěšných/selhávajících chlapců) – v tomto ohledu bych velmi doporučil knihu Zimbardo, P. G.; Coulombe, N. D. *Odpojený muž. Jak technologie připravuje muže o mužství a co s tím*. Praha: Grada, 2017.

²⁵ Preferenci ve smyslu předpokladu, zvýhodnění, výsady, přednostního práva.

o sobě, se domnívají, že objevili Ameriku a jsou plně vybaveni vyrazit dál, bez pokory k tomu, jak s danými informacemi zacházet a jak je dále uplatňovat.

V míře mé vlastní stávající schopnosti sebereflexe je možné, že za dvacet let o tomto tématu budu s další znalostí a zkušeností přemýšlet a mluvit jinak. Na druhou stranu ale vidím, že i přes předchozí pesimistický pohled vnímám u těch stejných studentů – budoucích pedagogů – narůstající²⁶ tendenci a zájem investovat do rozvoje vlastní osobnosti. Jen mám pocit, že převažující motivace k sebenáhledu vychází zejména z potřeby jakéhosi vymanění se z prázdnoty a touhy po smyslu, který popisoval ve svých dílech V. Frankl.²⁷ V souvislosti s tím i z vlastní psychoterapeutické praxe a praxe svých kolegů například registruji v tomto duchu narůstající počet mladých klientů s depresemi z toho, že se jim nedaří rychlé naplnění stanoveného cíle²⁸.

Abychom zde ale nezabředli do pesimistického pohledu, vrátím se k tématu kompetencí v oblasti OSR. Otázkou zůstává, co si vlastně každý pod pojmem „osobnostní a sociální růst“ představuje.

Už jsem zmiňoval (Soják, in Kolář, Lazarová, 2008), že považuji pomáhající profese vlastně za řemeslo a umění v jednom. A jak řemeslo, tak umění se musí dělat dobře a nepodvádí se při nich – podvod v umění je falzum, podvrh v řemesle je špatný produkt. Dělat něco dobře, ve smyslu efektivního výsledku, je postaveno na vlastní investici a vnitřní motivaci, které bohužel nefungují jen na bázi kliku u generace Y či otočení kouzelného prstenu z pohádky *Arabela* u generace X, ale stojí na dlouhodobé a vytrvalé práci na sobě. Já sám se snažím vést lidi k tomu, aby se učili využívat veškerý potenciál, který mají. Věřím, že jedině tak mohou prožít plnohodnotný a šťastný život a cítit se součástí nějakého celku. Aby se jim to ale podařilo, je potřeba investovat a zharmonizovat svou energii, a tím se jim otevře cesta k seberealizaci a intuitivnímu jednání vnímaném pozitivně ve vztahu k sobě, druhým a k profesi, kterou zastávají. Někdy to dá ale pořádnou práci, protože vzdělávání a podpora v pomáhajících profesích dnes fungují spíše jako servisní pracoviště v hledání a řešení problémů s nepřetržitým provozem. Možná proto, že jsme si zvykli pořád něco opravovat a stále měnit staré za nové, nechceme asi z hlediska vodáckého slangu, aby naše „kánoe jela právě naší (třeba

²⁶ Vycházíme z dat, která od roku 2002 každoročně sbíráme na úvodním seznamovacím kurzu, první zpracování proběhlo v roce 2004 (in Čech, Soják, 2004. s. 166–169).

²⁷ Frankl, V. (1997) popisuje tzv. smyslové vakuum, které nastalo v sedmdesátých letech u tzv. baby boom generace. Velmi hezky je toto téma znázorněno v knize *My děti ze stanice ZOO*. (Christiane a kol., 1995)

²⁸ Stávající generace u nás vyrůstá v době konzumního blahobytu. Tak trochu přeneseně je obraz společnosti zachycen v pořadech nabízených médií, které v tomto kontextu vysílají, píšou zejména pořady o vaření, zdravém životním stylu apod. Málkdo se pak zajímá o svou identitu, svobodu, společenskou a politickou otázku aj. Tento trend potvrzují bohužel i statistiky z NÚDZ. Na druhou stranu ale současná generace dokáže o svých problémech a tématech s tím spojených mluvit mnohem otevřeněji než generace starší.