

UNIVERZITA TOMÁŠE BATI VE ZLÍNĚ

Institut mezinárodních studií Brno

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Brno 2006

Michaela Hajtrová

UNIVERZITA TOMÁŠE BATI VE ZLÍNĚ

Institut mezioborových studií Brno

Krise žáka v učňovském školství

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Vedoucí bakalářské práce:  
PhDr. Antonín Olejníček

Vypracovala:  
Michaela Hajtrová

Brno 2006

## Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma: „Krise žáka v učňovském školství“ zpracovala samostatně a použila jen literaturu uvedenou v seznamu literatury.

Brno 21.11.2006

.....

## Poděkování

Touto cestou bych ráda poděkovala panu PhDr. Antonínu Olejníčkovi, který se na výsledku mé práce podílel a svými radami a praktickými zkušenostmi mi pomohl vytvořit tuto bakalářskou práci.

Také bych chtěla poděkovat svému manželovi a dceři za morální podporu, které si nesmírně vážím.

Brno 21.11.2006

.....

**Motto:**

„Minulost se nedá změnit a přehodnotit. Je však možno změnit postoj k ní, nenechat se minulostí zcela ovládnout, zdeptat a zničit. Je možné díky ní prohloubit vlastní pojetí smysluplnosti života, morální citění, pojetí osobnostní zralosti a vnitřního pokoje“.

## OBSAH

|  |    |
|--|----|
| <b>Úvod</b>                            | 6  |
| <b>1. Životní krize a stres</b>        | 8  |
| 1.1 Řešení životní krize               | 12 |
| <b>2. Vývojová krize</b>               | 16 |
| 2.1. Pubescent, adolescent             | 20 |
| 2.2 Problémy současné mládeže          | 22 |
| <b>3. Učňovské školství</b>            | 26 |
| 3.1. Žák, učeň                         | 29 |
| 3.2 Problémy žáků v učňovském školství | 31 |
| <b>4. Výzkum</b>                       | 34 |
| <br>                                   |    |
| <b>Závěr</b>                           | 51 |
| <br>                                   |    |
| <b>Resumé</b>                          | 53 |
| <br>                                   |    |
| <b>Anotace</b>                         | 54 |
| <br>                                   |    |
| <b>Seznam použité literatury</b>       | 56 |
| <br>                                   |    |
| <b>Seznam příloh</b>                   | 57 |

## Úvod

Chování člověka bývá odrazem struktury a dynamiky osobnosti, jeho vnitřních prožitků, které nejsou vždy zjevné, a jenom málokdo má schopnost se s nimi svěřit a dát nahlédnout do svého nitra. Každý z nás prošel určitou krizí, ať více či méně důležitou, a ponechal si z ní určitý zážitek. S odstupem času se mění i náš pohled na konkrétní problém. Řešení se nám pak zdá tak jednoduché, že ani nechápeme, jak jsme na něj dříve nemohli přijít. Kladu si otázku: „Co na nás ale v té zatěžující chvíli působí, že správný postup nemůžeme nalézt? Čím jsme ovlivňováni a zatěžováni, proč se chováme jinak, než bychom chtěli?“

Dlouholetá práce s mladými lidmi a jejich životní osudy, které je provázejí, mě inspirovaly ke zvolení tohoto tématu a také přispěly k pochopení jejich chování v učebním procesu. Jsem učitelkou odborného výcviku víc než 20 let a reakce žáků na určité podněty mne přivedly na myšlenku, proč žáci reagují různě na pokyny, které jim učitel zadává. Někteří zadaný úkol přijmou jako daný fakt, někteří protestují, ani neví proti čemu. Zajímají mě jejich vnitřní pohnutky a vztah k povolání. Správná volba povolání se projeví i v jejich životě. Pokud člověk pracuje se zájmem, je to velmi znát.

Ovšem život současné mládeže není jenom škola, rodina, ale taky společnost. Právě v čase dospívání si utváří vztahy s vrstevníky, navazují nové kontakty a hledají své místo v životě. I když jsou velmi dobře informováni o negativních jevech ohrožujících jejich zdraví, mnohdy k nim přistupují tak, jako kdyby se jich to netýkalo. Často mívají pocit, že jsou neustále kritizováni. Ale právě v době jejich osamostatňování dochází k nejčastějším pokusům o záškoláctví, ochutnávání alkoholu a drog. Pod vlivem sociální pedagogiky můžeme pomoci dětem správně využít volný čas, vypěstovat v nich dostatečné sebevědomí a naučit je správné orientaci v moderním světě

Uvědomila jsem si, že se skutečně ve větší míře setkáváme se žáky průměrnými, se slabými školními výsledky, žáky vyrůstajícími ve špatných sociálních podmínkách a mnohdy s poruchami učení a chování. Tyto v podstatě ještě děti mají mnohem tvrdší život než mnohý z nás. Pomoci jim může učitel, který má pro ně pochopení a schopnost s nimi komunikovat. Cením si těch žáků, kteří se mi dokážou svěřit. Proto se snažím zaměřit na oblast osobních, malých i větších krizí žáků na naší škole.

Tato práce je rozdělena do dvou částí. Cílem teoretické části budou otázky týkající se krize člověka všeobecně a možností jejího řešení, dále se budu zabývat osobností adolescenta, žáka na učňovské škole. V praktické části vás seznámím s výsledky výzkumu o problémech současné mládeže.

Cílovou skupinou mého výzkumu je především učňovská mládež, obory kuchař, číšník a cukrář. Chtěla bych zjistit, co pokládají za životní krizi, co je pro ně zátěží a co je nejvíce trápí ve škole a na pracovišti. Taky by mě zajímalo, jak jsou schopni zvládat psychickou zátěž, kde hledají pomoc a pochopení, zda jim pedagogové mohou být nápomocni. Učitelé odborného výcviku tráví se svými žáky podstatnou část jejich života. Jsou s nimi sedm hodin denně. Mají možnost vytvářet s nimi velmi blízké vztahy. Poradí nejenom při práci, ale i v osobním životě. Mohou je správně motivovat, povzbudit. Ale pouze v tom případě, jsou –li mezi nimi dobré vztahy a vzájemná důvěra.

Na základě získaných výsledků bych chtěla lépe poznat žáky na naší střední odborné škole. Budu se snažit své nové znalosti sdělit svým kolegům, aby i oni lépe chápali problémy svých žáků a v případě potřeby jim dokázali pomoci.



## 1. Životní krize a stres

Stojím před otázkou, co je to životní krize a jak se projevuje. Podle slovníku je to výraz *pro extrémní psychickou zátěž, nebezpečný stav, životní událost, rozhodný obrat v například v léčbě* (Hartl,1993). Dále může být psychická krize definována jako *reakce na vnější události, kdy je jedinec neschopen tyto události zvládnout* ( Peška,2005). Pro mě je nejsrozumitelnější pojetí Geralda Caplaina: *Krize vzniká, když se člověk na cestě za důležitými životními cíli setká s takovou překážkou, kterou v určitém čase není schopen překonat obvyklými metodami řešení problémů. Pak nastanou období dezorganizace a zmatku s mnohými a marnými pokusy o řešení.*

Pojem životní krize je velmi obsáhlý a dá se do něj zahrnout například neúspěch ve škole, neporozumění s rodiči nebo dětmi, pro někoho je to rakovina, pro jiného jen operace žlučníku. Je mnoho faktorů, které člověka zatěžují. To nemluvím o největších problémech a ztrátách. Vždyť se velmi často se dostáváme do složitých situací, které způsobují stavy napětí, rozladění, či úzkosti. Jak tyto situace zvládáme, závisí na schopnostech vyrovnávat se složitou životní situací. Hledáním správné rovnováhy mezi povahou problému a důsledky, které pro nás stresová situace má, a příliš velký nepoměr mezi těmito faktory vyvolá tlak, který nám nepomůže dojít ke správnému řešení (Batisonová , 1999). V podstatě můžeme říci, že životní krize je stresová zátěž, jejímiž projevy jsou neurotické potíže, neustálý pocit napětí a podrážděnosti, objevuje se nespavost, zažívací potíže, které se prohlubují, do psychicky se neurotických poruch projevují se strachem, úzkostí a pesimismem, sebelítostí, sebedoceňováním a uzavřeností.

### **Průběh životní krize se dá rozčlenit do těchto fází :**

1. fáze - výkřik ( šok)
2. fáze - popření reality
3. fáze - intruze ( vnikání nutkavých myšlenek)
4. fáze - vyrovnání se
5. fáze - smíření

*Chování člověka v rozhodujících situacích bývá také ovlivňováno mírou psychického napětí, významem problému a mírou sociální podpory* (Šatenková,2004). Krize vnáší do našeho života smutek, bolest, trápení a také nemožnost „normálního fungování“. Z toho vznikají problémy v zaměstnání, mezilidských vztazích, běžném každodenním životě. Představují však také vždy určitou šanci, příležitost a možnost poznat své zdroje síly, vytrvat a zocelit se.

### Co vlastně všechno v životě člověka ovlivňuje při rozhodování ?

Jsou to emoce, temperament, vůle, inteligence, aktivita a prvky regulace jako motivy, potřeby zájmy a hodnoty.

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Emoce</b>       | Jsou důležitou složkou provázející veškeré lidské chování. Pojímáme je jako specifickou formu odrazu skutečnosti, protože vyjadřují vztah subjektu k předmětům a jevům prostředí. Mají schopnost orientace v závažnosti okolních jevů a dynamické regulace chování.   |
| <b>Temperament</b> | Je dispoziční vlastnost, která ovlivňuje rychlost, intenzitu a zabarvení prožitků, určuje rychlost emocionálních reakcí, jejich hloubku i délku trvání.   |
| <b>Vůle</b>        | Je záměrné chtění, cílevědomé úsilí směřující k dosažení vědomě vytčeného cíle, je vlastní jen člověku.   |
| <b>Inteligence</b> | Je schopnost učit se ze zkušenosti, schopnost přizpůsobit se, řešit nové problémy, orientovat se v nových situacích.  |
| <b>Aktivita</b>    | Je schopnost jednat, provádět činnost:<br><b>aktivitu myšlenkovou</b> , kterou jedinec uplatňuje při řešení problémů,<br><b>aktivitu psychickou</b> , která zahrnuje celý duševní život, jeho podstatu a neustálé změny,<br><b>aktivitu vnímání</b> , což je schopnost jedince určovat smyslové kvality v různých podmínkách. |
| <b>Regulace:</b>   |   |
| Motiv              | Pohnutka, příčina činnosti, jednání člověka zaměřeno na uspokojení určité potřeby.  |
| Potřeba            | Nutnost organismu něco získat nebo se něčeho zbavit , též stav organismu, který znamená porušení rovnováhy nebo nedostatek ve vnějších vztazích osobnosti.  |
| Zájem              | Schopnost trvalejšího zaměření, soustředění se na určitou činnost s výrazným emočním doprovodem.  |
| Hodnota            | Názor na to co je žádoucí - dobré, co nežádoucí - zlé, vlastnost, kterou jedinec přisuzuje určitému objektu, situaci, události nebo činnosti.   |

Mluvíme-li o životních krizích, nesmíme opomenout pojem stres, který je velmi často jejich důsledkem. *Stres je tzv. choroba století termín nadužívaný pro konflikt, úzkost a frustraci. Je to nadměrná zátěž neúnikového druhu vedoucí k trvalé stresové reakci a psychosomatickým poruchám ( Hartl, 1993).* Na slovo stres jsme si jako lidstvo narozené ve dvacátém století zvykli a používáme ho ve svém běžném slovníku. Mládež k tomu připojila depresi neboli depku a těmito pojmy označují každé větší psychické vypětí. Dospělí s tímto pojmem zacházejí opatrněji a kladou větší důraz na závažnost těchto pojmů, které se staly běžnou součástí života nás všech.

### **Jaké jsou příčiny psychického stresu?**

- Problémy v osobních vztazích
- Starosti s dětmi
- Starosti ve škole
- Starosti s rodiči
- Finanční starosti
- Zdravotní potíže

Velmi často se zde objevuje slovo starost. Pro nás tento pojem znamená obavu nebo *pocit neklidu vyplývající z rozumové kalkulace.* V každém případě je starost, zátěž vyvolaná obavami o blízkou osobu, z nezvládnutí úkolů, z nemoci, ze smrti.

Ale vraťme se ke stresu. Jeho určitá míra dokonce člověku pomáhá zvládat náročné životní situace, ale se silícím vnitřním napětím začíná organizmus pracovat na vyšší obrátce. Někdy potřebujeme určitou míru stresu, abychom se dokázali soustředit, rozhodnout, vykonat určitou práci, ale pak se uvolníme a vrátíme do normálního rytmu. Když tlak a stres přetrvává a sílí, když se cítíme stresovaní a ztrácíme schopnost relaxovat, dochází k typickým příznakům, jako jsou bolest hlavy, únava, podrážděnost, bušení srdce a zažívací potíže. Současný životní styl nás naučil pod psychickým tlakem učit se, pracovat a mnohdy i jednat. Na člověka působí i několik vlivů současně. Tím se stres stupňuje a chvíle uvolnění se zkracuje a někdy ani k uvolnění nedochází. Je pravdou, že na stres si zvykáme a dokážeme s ním žít. Ale pouze určitou dobu, dokud opravdu nedojde ke zdravotním problémům.

Stres, strach, pocit nebezpečí zná velmi dobře každý z nás, ale na každém závisí, do jaké míry se jim člověk poddává, nebo zda odolá. Je dobře, že nás provází od dětských let, že jsme jim navyklí a dokážeme se s nimi v životě vyrovnat. Jsou každopádně součástí

životaběhu. Naše bytí se skládá z úspěchů, nezdarů a krizí. Člověk inkasuje rány a hnací silou všeho je naše schopnost vzdorovat. Jak dokážeme vzdorovat a čelit problémům, je individuální záležitost. Velký význam má pozitivní myšlení a snaha z těžké životní zkoušky vytěžit to nejlepší, byť by to mělo být jen poznání a zkušenost.

## 1.1 Řešení krize

Způsob řešení životní krize bývá individuální. Pokud si chce jedinec pomoci sám, nejprve se musí podívat na problém zpříma a přijmout ho jako fakt. Poté zváží, co je schopen v dané situaci zvládnout nebo zda je třeba obrátit se na člověka, kterému nejvíce důvěřuje, a vše prohodit. Pokud ale sám vše zvládnout nedokáže, je dobré navštívit odborníka a nechat se daným problémem vést. V současné době je málo lidí, kteří mají odvahu zajít za lékařem nebo psychologem, poněvadž jsou přesvědčení, že to zvládnou sami, a pak se ve zkratovitém jednání dopouštějí zásadních chyb a pak dochází k tragédiím.

Máme-li se bavit o řešení životní krize, musíme si nejdříve uvědomit závažnost problému. Asi každý člověk se bude snažit svoji složitou situaci zvládnout sám, a až když se mu to nezdaří, žádá o pomoc. Nejběžnější pomocí ve složité situaci je rozhovor s přítelem. Pod slovem přítel si představuji člověka, který je mi blízký a kterému věřím, kterému mám odvahu sdělit, co mne trápí. Z vlastní zkušenosti vím, že svěřit se je velmi těžké. Několikrát jsem se setkala s tím, že se během hovoru se má přítelkyně pozastavila, aby se ujistila, že to skutečně nikomu neřeknu. Kdybych to brala osobně, cítila bych se dotčená, ale intimnost osobního sdělení byla tak hluboká, že jsem pochopila, že i ona je zaskočena tím, co mi říká. Nemusíte být psycholog, abyste dokázal pomoci, stačí být pozorným a důvěryhodným posluchačem.

Dále můžeme hovořit o duševní hygieně. Pod tím to pojmem si představuji takový život, který by nám pomohl uvolnit se, nepodlehnout určité psychické zátěži, která ještě není životní krizí. Z hlediska duševní hygieny má pro každého z nás velký význam úprava vztahů na pracovišti, v rodině, v osobním životě i v širším okolí. Jenže ne vždy je možné se konfliktům a těžkostem se vyhnout. Je třeba se snažit, aby se tyto palčivé záležitosti, vedoucí ke stresům, řešily v co nejkratším čase a co nejrozhodnějším způsobem. Na druhou stranu je nutné říci, že i v těžkostech a konfliktech se může osobnost zocelovat, že tyto problémy a starosti vedou k jejímu zdravému růstu a učí překonávat překážky.

Hygiena duševní práce se zaměřuje na prevenci poruch duševní činnosti, na vytváření takové organizace práce a celého dne, aby snížila ohniska možných konfliktů. Jde v podstatě i o to, aby člověk žil činorodý, produktivní a společensky užitečný, šťastný život. Měl by realizovat možnosti, které jsou v něm ukryté, podávat odpovídající pracovní výkon a měl by být schopen vzdorovat rozličným nesnázím, zklamáním a podobně. Mezi stimulační faktory

duševní činnosti patří dobrá kondice, vnitřní pohoda, elán, schopnosti, motivace i životní perspektiva.

Jsou lidé, kteří pohlíží na všechno z toho horšího hlediska. Svět a život vidí v temných barvách, za každou životní situaci vidí těžkosti a ukrytou zlobu. Už dopředu se obávají těžkostí, a když se skutečně těžkosti objeví, nedostává se jim sil, aby je překonali. Svou energii vyplývají v obavách a nejistotách očekávání. Úplně jinak vypadá svět pro lidi, kteří se umějí radovat i z maličkostí. Uvědomují si, že svět je kromě skutečných neštěstí plný věcí, které je záhodno poznávat, a tudíž žít plným, bohatým životem.

V knize *Cesty rozvoje osobnosti* (Janek,1989) nacházíme hodně charakteristik psychohygieny. Ukazují, jakým způsobem se má osobnost formovat.

Uvádím nejtypičtější znaky duševně zdravého člověka:

- realistický pohled na svět okolo sebe a na sebe samého, schopnost vidět věci tak, jak jsou, bez iluzí, negativismu bez sugestibility
- schopnost zbavit se předsudků a vyhnout se nepodloženým sympatiím naivnímu idealismu
- schopnost vytvořit si samostatný a odpovídající úsudek a být za určitých okolností sám sebou
- spojení a sepětí se společnostmi, navazovat vztahy se skupinami, kterých se člověk cítí být členem
- schopnost nacházet oporu i u blízkých lidí, stejně jako tuto oporu poskytovat
- vědomá kontrola chování
- snaha vytvářet životní perspektivy a udávat si reálné životní cíle
- schopnost pružně reagovat na změněnou situaci a umět upravit postup dle okamžité situace
- záliba v činnosti a aktivitě, prožívat uspokojení z výsledků své vlastní práce
- umění „nebrat se příliš vážně“, neboli jistá dávka sebeironie
- důvěra v člověka a lidi
- vnitřní připravenost zvládnout selhání druhého člověka
- snaha řídit své jednání podle přijatých a ustálených morálních norem
- řídit jednání s rozumovou úvahou, sledit je s citovými pohnutkami
- sklon brát život s dávkou humoru ( Janek,1989 ).

Některé z výše uvedených znaků jsou téměř protikladné, ale takový už je charakter duševního zdraví. Důležité je *nepřekračovat v ničem míru*, řídit se podle vůle a schopností člověka. V podstatě je vhodné posouzení aktuální životní situace konkrétního jedince. Je těžké radit člověku, jenž byl propuštěn ze zaměstnání, aby bral život s nadhledem a určitou sebeironií, nebo člověku, který připravuje pohřeb, aby to bral s jistou dávkou humoru, ale dá se těchto rad využít, když člověka skličují trampoty běžného života.

Dalším krokem mohou být různá speciální cvičení (dechová cvičení, jóga, relaxace, meditace, masáže, vizualizace, akupresura), které umožňují návrat organismu do původního stavu.

Jóga a akupresura patří mezi pradávno způsoby a vychází z podrobného studia lidského těla a funkcí. Mám na mysli tělo v celém jeho komplexu, včetně citů a vůle. Současný moderní styl nám nabízí mnoho druhů východních sportů, které ve většině případů mají kořeny právě v józe. Relaxace, meditace a vizualizace přinášejí uvolnění, zmírnění. Jejich podstata spočívá v určité schopnosti soustředěného pohledu do sebe, ve schopnosti uvolnit se a zamyslet se nad osobními radostmi, tužbami a potřebami, ale taky nad tím, co nás unavuje a trápí. Na takovou chvíli zamyšlení a uvolnění by si měl najít čas každý člověk, neboť je jedním ze stavebních kamenů celkového zdravotního stavu.

Jsou-li naše životní krize skutečně závažné, musíme si uvědomit, že je asi sami nezvládneme. Můžeme se obrátit na odbornou pomoc v krizovém centru, např. Sluníčko, Krizové centrum pro matky s dětmi. Odbornou pomoc můžeme rozdělit do dvou částí, a to na formu pomoci prezenční a distanční.

### **Prezenční pomoc zahrnuje:**

- **Ambulantní formu** pomoci v krizi. Je poskytována klientům, kteří se osobně dostaví do ambulance, např. ambulance krizových center. V její kompetenci je poskytování péče ostatních pracovišť: psychoterapeutické, psychiatrické, psychologické a rodinné poradny
- **Hospitalizaci**, což je krátkodobé umístění klienta na tzv. krizové lůžko v zařízení tomu určeném, a to v případě, je-li stav klienta takový, že neumožňuje setrvání v domácím prostředí
- **Terénní a mobilní služby**, které slouží k zásahu přímo v prostředí, kde se člověk v krizi nachází

**Distanční pomoc zahrnuje:**

- **Telefonickou pomoc**, kterou zajišťují především linky důvěry, které mohou být úzce specializovány na určitou skupinu (Gay linka, Linka důvěry pro děti mládež, Help line AIDS)
- **Internetovou pomoc**, která je realizována pomocí internetu a to formou textových zpráv ( E – linka důvěry)

**Co všechno poskytují krizová centra:**

- Osobní kontakt
- Podporu a oporu
- Uklidnění a uvolnění
- Radu a odbornou informaci
- Povzbuzení
- Ventilaci emocí
- Eliminaci napětí
- Redukci pocitu ohrožení
- Úlevu a okamžitou pomoc
- Nový náhled na problém
- Rozšíření spektra možností řešení problému

Pracovníky krizového centra obvykle bývají profesionálové, a to psychologové, lékaři, psychiatři, pedagogové a sociální pracovníci, ale i laici, kteří prošli specializovaným výcvikem. Poradny neposkytují pouze pomoc psychologickou a lékařskou, ale taky pomoc sociální a právní.

Je velmi dobré, že se v našem státě zřizuje stále větší množství těchto poraden. Z hlediska vznikajících sociálních rozdílů mezi lidmi se ocitá v hluboké životní krizi stále více a více osob. Neúcta a nezodpovědnost k životu často vede k beznaději a odtud je jen krůček k sebevraždě. Proto dobrá pomoc v pravý čas může mnoho lidí uchránit od tragických činů.



## 1. Vývojová krize

Každý člen společnosti je prakticky od prvních okamžiků narození vystaven očekáváním, která tvoří prostor svého druhu, do kterého je mu dovoleno a má povinnost vrůstat. Když se vyvíjí ve smyslu těchto očekávání, je odměňován, a to buď projevy sympatie, hýčkáním, obdivem či finančním zvýhodněním. Vyvíjí-li se však v rozporu s těmito očekáváním, je trestán pohrdáním, podceňováním, tělesným ubližováním. Společnost nám tedy zadává jako úkol, kým se máme stát. A všemožně nám ztěžuje, abychom se stali někým jiným. Stručně řečeno - společnost nás vpřádá do sítě vlivů, které určují vývoj našich vlastností a utváření celé naší osobnosti takovým směrem, který umožňuje, aby se společnost sama mohla v nás a skrze nás reprodukovat a rozvíjet. Ve věku dítěte nesmíme opomíjet jeho vztah k rodičům, zvláště k matce. Matka zpočátku reprezentuje pro dítě celé lidské prostředí a co se dítě naučí ve vztahu k ní, přenesse do všech ostatních vztahů. Později se vztahy k různým osobám diferencují.

Vysoce náročným obdobím socializace je přechod k dospělosti. U člověka, který zvládl předcházející vývojové krize, je předpoklad, že zvládne i toto období. Je to však období vysloveně stresové. V současné době se příprava na život prodlužuje na úkor života samotného. Role mladého dospělého, který je vinou okolností hospodářsky závislý a tedy částečně stále v roli dítěte, je těžká a navíc je stále žákem, více či méně odkázaným na blahovůli vyučujících a zkoušejících, což jeho závislost ještě více prohlubuje. Tato závislost vyvolává tlak a napětí, které nás mají vychovat k tomu, abychom byli odolnější a ohleduplnější. Projde-li si člověk v životě různými programy, selháním a možná i zklamáním sebe sama, pak teprve dokáže pochopit, co je lidská slabost. Snadno se odsuzuje alkoholik, ale pokud víte, že jedna sklenička podpoří vaši chuť natolik, že se nedokážete dál ovládnout, potom teprve pochopíte, jak těžký boj svádí tento člověk sám se sebou. V podstatě se dá říci, že se každý člověk socializuje po celý život. Ať jsou to rodiče, sourozenci, přátelé i cizí lidé. Můžou nám být příkladem, anebo výstrahou. Je důležité mít představu o tom, čeho chci dosáhnout a kým chci být.

Kým chci v životě být je velmi těžká otázka, která je důležitá pro další rozvoj osobnosti. Obdivuji mladé lidi, kteří zvládají nejen krize vývojové, ale i krize životní. Je důležité chápat vývojové zvláštnosti osobnosti jako dimenzi, která nemusí být souběžná s věkem. Na téže věkové úrovni se mohou nacházet jedinci s různou úrovní osobnostní

zralosti. Přechod k dospělosti by je vysoce náročné období socializace, kdy mladý člověk zaujímá postoj k samostatným rolím ve světě práce i soukromém životě.

### **Krize pubertální (dozrávání a identity)**

*Období konfliktů a zařazování se do nových sociálních rolí, při duševní labilitě a nepříznivých meziosobních vztazích. Výskyt zkratového jednání, úzkosti, pocitů bezradnosti, nezdrženlivosti, impulsivity, výskyt fobií, zvýšeného sebezpozorování a senzitivní vztahovačnosti (Hartl, 1993).*

I podle uvedené citace vidíme, že na mladé lidi působí daleko více podnětů, které je dokážou vyprovokovat k neuváženému jednání. Je to pocit určité nejistoty a nedůvěry v sebe sama. Proto se mladí lidé díky své unáhlenosti dostávají často do konfliktu. **Konflikt je rozpor, současné střetávání protichůdných tendencí, především v citovém životě. Jsou to taky neřešitelné a protahované konflikty narušující životní rovnováhu jedince (Hartl, 1993).** Mladý člověk pouze ví, že je mu těžce, a tak hledá pochopení a porozumění tam, kde je to pro něj přijatelné. Bývá to skupina přátel, která je mu příjemná a inspirující, nebo určitý spolek, kde se cítí bezpečný a silný.

Co však nejvíce vyvolává krizi, je svědomí. *Svědomí je forma prožívání a morálního hodnocení vlastních činů, motivů a citů (Hartl, 1993).* Je to sice hezká definice, ale co to znamená pro dítě a později mladého člověka? Každý se většinou přizpůsobí požadavkům svých vychovatelů a očekáváním kolektivu. Splní jejich normy, přijmout svou roli a ztotožní se s ní. Musí to být oni sami nebo jejich lepší Já, kdo odsuzuje a schvaluje zlo i dobro. Mít svědomí znamená mít vnitřní seberegulaci, která dohlíží na dodržování norem. Jedním z mnoha seberegulujících mechanismů může být určitá ideologie a přesvědčení nebo víra v Boha. V období dospívání je častá změna buď postoje k víře, anebo poznání svého náboženství. Pokud jsme ve víře byli vychováni, stáváme se jejími kritiky a snažíme se o vlastní pojetí a přístup. Pokud jsme byli ateisté, poznáváme její základní principy a smysl.

Společenství, ve kterých se věřící sdružují, nás vždy přijímají s láskou a klidem. To je právě to, čeho je v dnešní době nedostatek: lásky představované porozuměním, ochotou a zájmem o vaši osobu, vnitřního klidu, který z věřících lidí vyzařuje. Spolu s odevzdaností do vůle Boží je nám umožněno převést své starosti do vyšších dimenzí.

Bohužel je velmi úzká hranice mezi náboženstvím a sektářstvím, stačí jen malý krůček a ocitneme se na nesprávné cestě. Sekty ze začátku žádné nebezpečí nepředstavují, ale pravidla života v komunitě se neshodují s běžným životem. Její vliv bývá silný, odvádí své

členy od rodin, nutí je vzdát se svého majetku a je ohrožením i na zdraví. V každém případě vypěstují velmi vnímavé svědomí.

Citlivost svědomí v životě člověka kolísá podle působení okolností, které jsou dány jeho vývojem. Člověk bývá citlivější, čím vážněji se sám nad sebou zamýšlí. Těžké životní otřesy mohou probudit nemoci i tehdy, setkáme-li se s člověkem, který nás bere skutečně vážně. *Dětské svědomí je realistické, drží příkazů a zákazů, které dostalo, určité věci a činy jsou mu tabu. Mnohem později se objeví etický výklad jednání podle pohnutek. Začne se rozlišovat neúmyslný čin od úmyslného provinění. Nejvyšším stupněm vývoje je relativní autonomie svědomí. Člověk svou vlastní zkušeností, hledáním pravdy ve svém životě dospívá k poznání dobrého a zlého* (Říčan, 1975).

A právě ona citlivost svědomí a duševní labilita způsobuje, že se mladí lidé snaží o uvolnění. Uvolnění hledají v hudbě, sportu, knihách. S oblibou se prochází přírodou, chovají domácí zvířátka nebo jsou členy různých organizací. Ale stačí jen málo k tomu, aby jim zachutnal alkohol nebo jen z přátelství nabídnutá droga. Hry na automatech jsou nejprve zábavou, ale později končí gamblerstvím. Překročí únosnou hranici, ocitají se pokrajím kriminality. Pro někoho je přestupek a potyčka s policií poučením do dalšího života. Pro někoho je to začátkem dalších problémů na sebe navazujících. Pro mnohé nedostatek porozumění rodičů a neutěšená rodinná situace vyvolává touhu po pochopení, pocitu bezpečí a lásky, uznání vlastní osobnosti. Důvěřivost a nezkušenost vede dívky předčasněmu těhotenství nebo prostituci. K negativním vlivům se dají přiřadit i některé filmy a počítačové hry. Filmové zpracování aktivního života a vysoká životní úroveň, negativně působí na mládež a vede ji k přehnaným nárokům, požadavkům a neuspokojeným potřebám, nabádá k agresivitě. Počítačové hry jsou v převážné míře hrami bojovými. Mají snad kladný vliv na rozvoj myšlenkových pochodů, bystrosti a postřehu, ale nabádají k riskantnímu jednání. Je to především vzdor a nesouhlas, který je vede na scestí.

Z praxe vím, že na špatnou cestu může také vést neuznání rodičů. Mladý člověk se snaží něco dokázat a přesvědčit je. Když se to nezdaří, potom na sebe upozorní jinak. Negativně. Nepřichází domů a žije s pocitem nelásky. Důkazem toho je případ učně Karla. Přišel nedávno na naše učiliště z diagnostického ústavu. Téměř vůbec nehovoří, a když, tak jen velmi nesrozumitelně. V jeho očích je skutečně vidět velká obava z přijetí od ostatních. Nejistota v každém počinání. Je to nová zkušenost, protože tuto problematiku jsme dosud viděli pouze z druhé strany. Do diagnostických ústavů žáci odcházeli od nás, ne naopak. Často to bývalo na přání rodičů, především matek, protože měly pocit, že své dítě nezvládají.

Tady je třeba účelné pomoci. Pomoci mladým lidem správně se orientovat ve složité spleti života. Naučit je životní rovnováze a nalezení sebe sama.

Vývoj žáka se dá velmi dobře postřehnout i na pracovišti. V prvním ročníku žáci přichází velmi roztržití. Rádi si povídají, zkoumají nové prostředí a používají pracovní nářadí spíše ke hrám než k práci. Vyžadují zvýšenou pozornost učitele. Vše je dorovnáno zájmem o nové úkoly a chutí splnit i neoblíbené práce. U vyšších ročníků je patrné zklidnění žáků. Jsou samostatnější a zodpovědnější, ale méně ochotní a volné chvíle využívají k častému odpočinku. Závěrečné ročníky, především maturitní, více spolupracují a jsou přátelští. Třídy, kde žáci skutečně velmi dobře spolupracují a i v mimoškolním čase spolu navštěvují společenské aktivity jsou soudržné. V současné době téměř celá maturitní třída chodí do tanečních kurzů a i na pracovišti žijí z nových zkušeností. Velký význam má dobrá organizace volného času i na internátech. Pokud žákům nabízí různorodý program, tak se zde mohou zabavit a nalézt své přátele. Sport je velmi oblíbená aktivita. Vede mladé lidi k disciplíně, spolupráci, zdravé soutěživosti, cílevědomosti a dobré tělesné kondici. Na pracovišti ale působí jako omezující. Sportovci mají časté tréninky, utkání a tomu také přizpůsobují docházku do školy i zaměstnání. Vše se dá řešit individuálním studiem i praxí.

Na pracovišti má velký význam učitel odborného výcviku. Každý učitel má ke skupině žáků jemu svěřené svůj vlastní postoj. Čím delší dobu s nimi prožije, tím pevnější je jejich vztah. Na pracovišti jsou tyto vztahy velmi pevné. Učitelé odborného výcviku jsou pro žáky autoritou. Odtud pramení silný vliv pedagogů, dovoluji si říct, že v době dospívání silnější než vliv rodičů.

Učitel může mít se žáky kamarádský vztah, ale pouze do určité míry, protože se to brzy projeví v poslušnosti žáků. Stávají se příliš sebevědomými a nerespektují příkazy. Pokud je učitel naopak příliš přísný, trvá mezi ním a žáky napětí, které vede často ke konfliktům. Hledání rovnováhy mezi kamarádstvím a disciplínou je velmi složité a náročné. Učitel může být kladným vzorem, ale taky nenáviděnou nutností.

## 2.1 Pubescent a adolescent

Žáci ve svých 14 -15 letech stojí před velmi důležitým životní rozhodnutím, jaké povolání nebo studium si zvolit. Přihlašují se podle svých představ nebo oblíbenosti oboru, mají reálné i nereálné sny. Neznají, co by je bavilo a zajímalo, čeho by v životě chtěli dosáhnout. Často jsou při výběru povolání ovlivňováni rodiči nebo kapacitou volných míst na středních školách. Později z těchto postupů vznikají životní a učební zátěže. Co však velmi komplikuje toto rozhodnutí, je také jejich schopnost učit se. Mnoho z nich po přijímací zkoušce zažívají první skutečné zklamání, buď zkoušku nezvládli, anebo nebyli přijati. Náhradní řešení bývá už pouze náplastí na bolístku a je štěstím, bývá-li i druhá volba úspěšná.

Na středních školách a učilištích mládež stráví své nejkrásnější roky. Poprvé ochutnají pocit svobody, možnosti vlastního rozhodnutí i osamocení. Na začátku to nesou velmi těžce, ale brzy si zvyknou a využijí výhod, které se jim naskytanou. Prochází vývojovým obdobím pubescence a adolescence. Charakteristiku tohoto vývojového období uvádím v tabulce:

|                               | <b>Pubescence</b>  | <b>Adolescence</b>   |
|-------------------------------|--|--|
| Věk                           | 13 -17 let   | 18-22 let  |
| Klíčové sociální vztahy       | Vrstevníci   | Cizí skupiny, osobní vzory   |
| Polarity dominujících zážitků | Skupinová identita, odcizenost   | Individuální identita  |
| Polarity přizpůsobení         | Začlenit se, nelišit se od druhých   | Stát se sám sebou, hledat se, zkoušení různých rolí  |
| Vývojové úkoly                | Tělesné dospívání,<br>Tělesné změny<br>Citový vývoj<br>Členství ve skupině vrstevníků<br>Heterosexuální vztahy | Získávání nezávislosti<br>Identita sexuálních a životní filozofie<br>Zvnitřnění morálky<br>Vytváření intimních os. vztahů      |
| Možné kritické události       | Změna typu školy<br>Nesnáze s dospíváním   | Sexuální styky, rozchody s partnery, životní styl, těhotenství<br>Nerozhodnost s profesní volbou<br>Potíže v prvním zaměstnání |
| Ohrožení                      | Alkoholismus, drogová závislost  | Adaptace v povolání  |

Tento věk je spojen s hledáním vlastní identity a značnou mírou experimentování. Adolescent si zakouší mnoho různých druhů chování a hledá své opravdové já. Na pomoc

v tomto počínání si často vybírá vzory rolí, jejichž styl života a hodnoty pokládá za hodné napodobení. Identita je často projevována prostřednictvím skupin. Nejvýznamnější skupinou je ta, ke které patří. Aby jej přijala, dospívající mění své chování, oblékání, řeč i návyky. Dochází k rozporům s rodiči a vychovateli. V tomto období je také důležitý vztah k opačnému pohlaví. Tím se přibližují stále více dospělým a v podstatě se učí dospělosti.

V naší společnosti my dospělí držíme mladé lidi v podřadném postavení. Dlouho poté, co dosáhli tělesné zralosti, je stále pokládáme za málo zkušené a nerovnocenné. Navzdory jejich tělesné zralosti, silnému pohlavnímu pudu a dalším citovým změnám nemají mnoho možností poznat, jaké je to být dospělým (Fontana,1997). V méně vyspělých zemích jsou mladí lidé přijímáni do společnosti dospělých rituálními způsoby. Potom se s nimi jako s dospělými zachází. Mnohokrát jsem přemýšlela o tom, zda vykáním studentům a učňům v nich vypěstují pocit odpovědnosti a uváženějšího jednání. Asi není správné mladé lidi podceňovat, ale i přeceňování má své negativní stránky. Každá společnost si vychovává své nástupce. Pokud své děti hýčkáme, nemůžeme je kritizovat za malé pochopení ke starším lidem. Pokud je ve všem tolerujeme a omlouváme, nemůžeme očekávat vysoké pracovní nebo učební výkony. Pokud je podceňujeme, nemůžeme očekávat od nich podporu a pomoc.

## 2.2 Problémy současné mládeže

Mladí lidé se často dostávají do situace životní bezvýchodnosti a prázdnoty. Často jim chybí životní cíl, životní zaměření a etické pojetí smyslu života. Je to způsobeno asi tím, že mladým lidem schází vědomí životní jistoty a vlastního poslání. Pod pojmem problémová mládež rozumíme takové jedince, kteří nejsou schopni se normálně zapojit ve škole, v práci, v životě (Langer, 1994).

Stojím před otázkou, proč je na školách stále více problémových žáků než v dřívějších dobách. Pokud zavzpomínám na dobu svého mládí, nikdo se nezabýval dyslexií nebo dysgrafií. Pokud někdo touto poruchou trpěl, měl špatnou známku. Poruchy chování se sjednotily do výrazu nepozorný žák, a ten propadl. Současné školství bere velký ohled na žáky, snaží se, co nejvíce je pochopit a pomoci jim. Problémoví žáci bývají zvýhodněni, je to omluva za uspěchaný život a rodiče, kteří nemají na své děti čas. Často vzpomínám na své začátky ve škole, kdy se mnou sourozenci psávali do večerních hodin domácí úkoly, a na slzy prolité v první třídě při psaní písmene A. Po letech jsem byla velmi překvapena, že moje dcera nemusela tolik psaní trénovat, nové učebnice byly spíše pracovními sešity, kde se jenom doplňovala určitá slova a výrazy. Musím konstatovat, že četba u současných žáků je velmi výjimečná. Psaní dopisů už ani neznají. Sloh jako součást českého jazyka se stává pro mnohé z nich velmi těžkým předmětem. Hůře se vyrovnávají se slohem nebo matematikou. Problémovou mládeží nazýváme žáky s určitou poruchou, která se projevuje buď v učení nebo chování ve škole či na pracovišti.

### Typy problémové mládeže:

- Disharmonická osobnost
- Mentální retardace
- Šikanování a šikanující
- Neuroticismus
- Sebevražda
- Sexuální problémy
- Lehká mozková dysfunkce
- Poruchy v rodinné výchově

### **Disharmonická osobnost**

Do této kategorie bychom mohli zařadit případy s poruchami chování, jako jsou neomluvené absence, krádeže, útoky z domova, odmlouvání, drzé chování, lhaní, podvody, agresivita vůči druhým a kázeňské přestupky vůbec. Jinými slovy, jedná se o nedostatek etických zásad a zábran v důsledku nedostatečné socializace. Nejde o chorobu, ale o trvalý stav, který se dá korigovat důsledným výchovným vedením a dohledem.

S těmito poruchami se na naší střední odborné škole setkáváme velmi často a jsou běžnou součástí života na odborném výcviku. Řešíme je jednotlivě dle školního řádu. Snad nejméně shovívaví jsme k agresivitě žáků a krádežím.

### **Mentální retardace**

Přesněji řečeno, budeme zde hovořit o lehké mentální retardaci sociálně přizpůsobivého typu. Do této kategorie patří jedinci neprospívající v odborném učilišti z důvodu neprospěchu v teoretických předmětech nebo nízké manuální zručnosti.

Tato porucha se u nás dříve příliš nevyskytovala, nyní se téměř každý rok alespoň s jedním jedincem setkáme. Musíme ocenit velkou snahu těchto žáků, která přispěje i ke zdárnému zvládnutí učebního oboru.

### **Šikanování a šikanující**

Otázka šikany je v poslední době velmi často publikovaná v médiích. Probíhá mnoho školení a seminářů na toto téma. Ze své praxe ale můžu říci, že tato pojednání bývají na teoretické úrovni a správnému postupu vás naučí až praxe.

Na odborných školách a učilištích je to občasný patologický jev, který se projevuje systematickým pronásledováním vybraného jedince. Šikana se může dít v rovině žáků mezi sebou nebo na úrovni žáka a učitele. Začátek vidíme v zesměšňování a slovním napadání, vyhledávání negativních vlastností. Později je to omezování osobní svobody, terorizování fyzická inzultace.

### **Neuroticismus**

Jsou to duševní poruchy bez organických změn v centrální nervové soustavě. Poruchy nejsou tak závažné a jádro osobnosti není narušeno, proto je člověk zodpovědný za své chování. Projevem může být úzkostný stav, strach, nesoustředěnost, sebedoceňování.

Mezi učňovskou mládeží skutečných neurotických se projevujících jedinců není mnoho, ale občas se s nimi setkáme, zvláště tehdy, jsou-li na ně kladeny požadavky neúměrné jejich



inteligenci. Jejich projevem je neklid, třesavka, časté mrkání. Tyto signály přijímáme a snažíme se o zmírnění pracovního tempa.

### **Sebevražda**

Ani tento pojem není mezi žáky na střední odborné škole neznámý. Pokus o sebevraždu má svou bázi v psychických konfliktech, které se zdají být v dané situaci neřešitelné, dotýkají se hluboce osobnosti člověka a vyvolávají psychický otřes.

Během své praxe jsem se dvakrát setkala se žáky, kteří se pokusili o sebevraždu, a to úspěšně. Jednou na ni žák upozornil své kamarády, ale oni si mysleli, že je to jen žert. Podruhé šlo o spontánní reakci na smrt kamaráda.

### **Sexuální problémy**

U mladistvých můžeme hovořit o předčasném sexuálním životě a zkušenosti. Bývá to způsobeno nevhodným výchovným vedením, vzorem a příkladem. Jedna z nejhlavnějších příčin je citová deprivace a neschopnost rodiny poskytnout jedinci potřebné ochranného zázemí, proto je mladý člověk hledá v partnerském vztahu.

Sexuální problémy se velmi těžko řeší. Nesetkáváme se s prostitucí, spíše se zneužíváním dětí, ale jsou to záležitosti vysoce intimní, bez důkazů. Řešíme problémy těhotenství a mladých matek s dětmi, a to individuálním studiem.

### **Lehká mozková dysfunkce**

Lehkou mozkovou dysfunkcí se označují případy, kdy nejde o dětskou mozkovou obrnu, ale když se v chování dětí objevují určité znaky, jako je neklid, nepozornost, zvýšená emotivita, nedostatek koncentrace pozornosti, sklon k impulsivitě.

S touto poruchou se na učilišti setkáváme nejčastěji. Práce s těmito žáky je velmi náročná. Vyžadují neustálou kontrolu a jejich potřeba být středem pozornosti způsobuje, že na sebe upozorňují často nevhodným způsobem. Jeden jedinec s touto poruchou dokáže narušit celou skupinu žáků, odpoutá jejich pozornost od zadaných úkolů.

### **Poruchy v rodinné výchově**

Nedostatky v rodinné výchově mívají vliv na špatný prospěch a nevhodné chování žáka ve škole a na pracovišti. Pokud se ovšem u mladistvých nevytvoří žádoucí vlastnosti osobnosti jako pečlivost, svědomitost, pořádkumilovnost, smysl pro povinnost, slušné vystupování, úcta k druhým, bývají doporučením pro psychologické vyšetření

Případů zanedbané rodinné výchovy je velké množství, ale nikdo o tom nehovoří. Je to velmi bolestná otázka. Že se nejedná o ojedinělé případy, mohu doložit rozbořením problémových žáků 1. ročníku na naší odborné škole.

V oboru cukrář je celkem 10 žáků s následujícími problémy: speciální vzdělávací potřeby, dyslexie, dysortografie, výraznější poruchy učení, kolapsové stavy, problémy se zády, alergie na štípnutí hmyzem, šelest na srdci, onemocnění štítné žlázy.

V oboru číšník - servírka jsou pouze dva typy dívek, kde je nutno tolerovat pomalejší tempo při výuce.

V kuchařském oboru se nachází 7 žáků především s problémy jako dyslexie a dysortografie, ale taky autismem a balbutismem (kockavostí).

I ve vyšších ročnících je poměrně stejné množství problémových žáků, ale asi nejtěžším postižením, se kterým jsme se setkali, je epilepsie. Žákyně s touto nemocí není mentálně postižena, ale velmi časté záchvaty vypěstují v učiteli určitou ostražitost a neklid. Není jednoduché vždy včas a správně zasáhnout. Při sebemenší nepozornosti žákyně je očekáván nástup záchvatu, a to i tehdy je-li jenom zamýšlená. Žákyně užívala léky, avšak její špatná životospráva a požívání alkoholu tuto nemoc ještě zhoršovaly.

Každý žák potřebuje individuální přístup učitele, je otázkou, jak častý. V této situaci je nutné si uvědomit kdo ji potřebuje nejvíc, a také mu ji věnovat. Tento úkol není snadný. Uvědomila jsem si to po absolvování odborné stáže v Auxiliu. AUXILIUM – centrum pomoci pro mládež s poruchami ve mně zanechalo silný odraz. Toto centrum navštěvují děti s poruchami, které jsem uvedla ve své práci. Přístup k nim je individuální a každé má svou asistentku. Tady jsem viděla, jak jsou pro ně běžné činnosti namáhavé a složité a jak je důležité tyto děti přijímat ve společnosti. Tady vidíme, jak je lidský život křehký. Kolik potřebujeme vzájemné úcty, důvěry, pomoci ve svém životě.

### 3. Učňovské školství

Jan Amos Komenský nazval školu dílnou lidskosti. Každá škola je jedinečným sociálním útvarem, bez ohledu na stupeň či druh vzdělání. Škola by neměla být pouze vzdělávací institucí určenou ke splnění základního úkolu poskytovat služby, ale i lidským společenstvím, v němž se osobnost jedince rozvíjí. Je totiž místem zkušenosti, místem, kde dochází k formování sociálních vztahů.

Žijeme v době prudkých a obtížně předvídatelných společenských změn. Mění se podmínky každodenního života vyžadují nové postavení a poslání vzdělávacích soustav výchovy a učení. Střední vzdělávání se uskutečňuje ve třech stále relativně oddělených druzích škol: všeobecné na gymnáziích, odborně technické a učňovské. Vzhledem k tomu, že středoškolským vzděláním prochází většina populace, a pro mnoho mladých lidí zde vzdělávání nekončí, je podstatné, aby střední vzdělávání věnovalo pozornost především základům pro celoživotní učení a pro občanské i pracovní uplatnění ve společnosti (Bílá kniha, 2001).

Učňovské školství je pojem velmi široký. Do této skupiny se dají zařadit všechny obory, které nabízí po dokončení výuční list. Před lety se říkalo, že řemeslo má zlaté dno, a proto mnoho mladých lidí nejdříve volilo vyučení a následovně maturitní studium. Bylo jim to přínosem zvláště tehdy, chtěli-li podnikat. Výuční list v oboru byl tím hlavním dokumentem při vystavení živnostenského listu. V současné době tomu již tak není. Pokud chcete podnikat v oboru, kterému nejste vyučen, stačí jen najít správného garanta a živnostenský list je vystaven. V současné době je důležité mít maturitní vysvědčení a být středoškolsky vzdělaný. Vznikají obory, z mého úhlu pohledu až nesmyslné, číšník s maturitou nebo kuchař či kosmetička s maturitou. Je sice pravdou, že i já bych pro své dítě volila studijní obor, ale k čemu ve skutečnosti takový obor směřuje? Kuchař měl vždy za úkol připravovat pokrmy a číšník je servíroval. Tak v čem se liší kuchař nebo číšník s maturitou, vždyť mají úkol stejný. Po určité době jsem pochopila, že maturita je vstupenkou na vysokou školu, tak proč tento studijní obor neakceptovat, vždyť je v mnohém praktičtější než jiné studijní obory.

Srovnat učňovské školství dříve a nyní je velmi složité. Učební osnovy a tematické celky se mnoho neliší, prochází jen velmi malými změnami, protože podstata každého oboru zůstává stejná. Co se liší, jsou výchovně vzdělávací cíle a vnitřní struktura učilišť. Dříve

žáci pracovali pod vedením mistrové odborného výcviku, a to ve skupinách 10 -12 žáků na jednotlivých odloučených pracovištích. Tímto pojmem byly označeny restaurace, kde žáci pracovali. Každá skupina v jiné restauraci. V současné době je vše centralizováno. Žáci jsou soustředěni do učňovských středisek. Jsou to speciální restaurace, kde je zaměstnáno co největší množství žáků, a jen někdo pracuje samostatně v provozovně, která si žáka vyžádá. Zde je veden instruktorem. Jsou ve skutečném provozu a potýkají se skutečnými problémy, které soužití dvou generací vyvolává. Bývají to problémy ne pracovní, ale spíše komunikační. Žáci nebývají spokojeni s chováním dospělých a dospělí s pracovním nasazením žáků. Je velmi složité vysvětlit pravou příčinu problému.

Žáci učebních oborů navštěvují týden školní vyučování, kde se učí jako na základní škole, a další týden dochází na pracoviště. Zde je výukovou jednotkou učební den a to v délce sedmi hodin. Přestávky v délce patnácti a třiceti minut jsou určeny k svačině nebo obědu. Musí si zvykat na pracovní vytížení, což jim ze začátku dělá velké problémy. Velkou zátěží je pro žáky rovněž velmi brzké ranní stávání, protože jsou povinni se na pracoviště dostavit na sedmou hodinu ranní, kdo je hodně vzdálen, vstává velmi brzy. Ke kladům se dá přiřadit to, že nejsou zatíženi učivem. Pestrost výuky a dobré využití pracovní doby způsobuje, že čas strávený na odborném výcviku velmi rychle ubíhá.

Obecným cílem odborného výcviku je vést žáky tak, aby uplatňovali získané teoretické vědomosti, správné technologické postupy, hygienické, bezpečnostní a ekonomické zásady v praxi. Z hlediska klíčových dovedností předmět poskytuje a rozvíjí komunikační dovednosti mezi žáky a učitelem odborného výcviku.

Po ukončení prvním ročníku je žák seznámen s organizací a zařízením pracoviště, s osobními povinnostmi, chováním, vystupováním na pracovišti. Získává základní pracovní návyky. Ve druhém ročníku si žák prohlubuje dovednosti při zpracování materiálu, hlouběji poznává a využívá odbornou literaturu. Ve třetím a čtvrtém si žák opakuje, prohlubuje dovednosti předcházejících ročníků. Zařazuje se do výrobního procesu a uplatňuje se při výrobě zakázek. Připravuje se k ukončení učebního procesu a k vykonání učňovské zkoušky.

Maturitní obory se liší v hodinové dotaci odborného výcviku a ve vykonávání závěrečných zkoušek. Studenti prvních a druhých ročníků navštěvují odborný výcvik pouze jeden den v týdnu, ve třetím a čtvrtém ročníku osm dnů v měsíci. Mají více všeobecně vzdělávacích předmětů. Závěrečná zkouška je rozdělena na praktickou a maturitní část.

Po vyučení nebo vykonání maturitní zkoušky si přibližně jedna polovina žáků najde zaměstnání v oboru. Máme radost, setkáváme-li se svými žáky v restauracích, jsou-li úspěšní

v zahraničí. Jedna čtvrtina volí další studium na vysokých školách. Bývají to ti žáci, kteří k nám přišli proto, že se nedostali na střední školu. Jedna čtvrtina je nezaměstnaná. U těchto žáků se to dá předpokládat, protože je práce nezajímala ani v době učení. Překvapilo mě i to, že poměrně zruční žáci nenašli zaměstnání, důvodem byly špatné pracovní podmínky, jako na příklad nedostatek práce a malý plat. Při srovnání se sociálními dávkami a podporou v nezaměstnanosti nejsou dostatečně motivováni. Žáci často očekávají vysoké nástupní mzdy a vynikající pracovní podmínky. Pokud jejich představa nebývá naplněna, raději zůstávají na státních podporách. Nestydí se za to, že jsou nezaměstnaní, pro ně je to normální. Snahu o osamostatnění klidně posunou o několik let dál. Přispívá k tomu současný trend pozdějšího založení rodiny.

### 3.1 Žák – učeň

Často slýcháváme v dopravních prostředcích povzdechy starších lidí, jak je mládež jiná než za jejich mladých let. S úsměvem naslouchám a musím přiznat, že mám výhodu posouzení v rozmezí dvaceti let. Po celou dobu s mládeží pracuji a musím konstatovat, že zvláštní rozdíly nepozoruji.

Pořád se žáci řadí na klidné a neposedné, zručné a pracovité nebo líné a pomalé, vykonávající práci se zájmem a snahou, nestálé a opouštějící každý zadaný úkol. Žáci na učňovské škole nesli dříve výstižnější název učni a byli vedeni mistrovou odborného výcviku. Nyní jsou to stále žáci i na pracovištích a zodpovídá za ně učitel odborného výcviku (UOV). Proč ta změna pojmenování? Snad proto, že všichni podléháme jednomu školskému zákonu, pro všechny je platný stejný školní řád. V každém případě toto nové pojmenování upozorňuje dospělé, že mají co do činění s dětmi školou povinnými. Jak jsem naznačila, změnu chování žáků na pracovišti nepozoruji. Bude to asi tím, že pracoviště zvláštní změny neprodělává. Mám na mysli to, že způsob práce je stejný, nároky na žáka se spíše zmírnily, učební osnovy jsou shodné téměř 25 let. Co se změnilo, jsou jen výchovně vzdělávací cíle učebního dne. Dříve se více dbalo na politický rozhled, nový, demokratický systém se odrazil na vnitřní struktuře učiliště a odborné školy, projevuje se i demokracie žáků.

Kde se více projeví změna chování mládeže, je jistě na veřejnosti. Osobnost mladého člověka poznáme na první pohled, a to podle účesu, oděvu a vystupování. Že je to vystupování suverénní, chování hlučné a málo uctivé a vzhled silně extravagantní? Vždyť se mladí lidé i před padesáti lety chtěli odlišovat, nebyli vždy zdvořilí dle předepsané etikety a dopřávali si výstřední účesy.

Tudíž z mého úhlu pohledu je mládež stejná jako dříve, i když je trochu odvážnější a více sebevědomá. Kdo s mládeží pracuje, ví, že jsou pořád zranitelní. Jejich požadavky, i když jsou mnohem vyšší, nelze srovnávat, vždyť se výrazně změnily ceny téměř všeho zboží.

Co se ale velmi mění na učňovských školách, je především rozumové nadání žáků. Běžné učňovské školství sdružovalo žáky průměrné a slabší, v současnosti je hranice posunuta na slabší a nejslabší. Nová koncepce školství značně zredukovala školy a vytratily se dvouleté učňovské školy, kam byli tito žáci směřováni. Mnoho žáků volí jako první volbu gymnázia, střední školy a potom následují učební obory s maturitou a na konec učební obor.

Proto se nyní na učilištích setkáváme se žáky se slabými studijními výsledky, s poruchou učení, chování a různými zdravotními problémy. Více než dříve se setkáváme s velmi rozdílnými sociálními podmínkami žáků.

Určitý vývoj žáků probíhá i v pracovní sféře. Učitel OV má výhodu, že se žáky tráví denně sedm hodin pracovního času. Po celou tuto dobu za ně odpovídá a výjimkou nejsou ani přestávky. Má tak možnost je lépe poznat. Pro některé mé kolegy jsou první ročníky asi nejtěžší. Je třeba se žákům plně věnovat a hlídat každý jejich krok. Zadaní úkolů musí několikrát opakovat a podrobně vysvětlit. Já jsem si prváky velmi oblíbila. Těší se z každé maličkosti, práce jim přináší především úlevu od učiva a jsou nadšeni z každé učební změny. V druhém učebním roce se projevuje nejenom pracovní samostatnost, ale taky snaha opouštět pracoviště. Učni jsou dostatečně samostatní, mají dobrý přehled o každé práci a snaží si vybírat. Mají výhrady vůči zadaným úkolům. Pokud úkoly vyřeší brzy, potom dělají „lumpárny“. Ve třetím a čtvrtém ročníku žáci samostatně pracují a navazují blízké vztahy nejenom mezi spolužáky, ale taky s učiteli a dospělými pracovníky. I když jsou žáci vyšších ročníků samostatnější, práce učitele je více zaměřena na správné využití pracovní doby. Je-li tomu naopak, volný čas využívají nevhodným způsobem.

Po vyučení k nám žáci velmi rádi vracejí, sdělují své nové zkušenosti, pracovní úspěchy i neúspěchy. Moderním trendem je odcestovat za prací do zahraničí. I když začínají jako uklizeči nebo pokojské, později se dostanou i do kuchyní a restaurací. Je pravdou, že jejich úspěchy jsou také úspěchy našimi.

### 3.2 Problémy žáků v učňovském školství

Škola jako instituce je komplexním mechanismem pravidel. Co je na jedné běžné, na druhé běžné není. Každý z nás vnímá školní prostředí prostřednictvím svých prožitků a díky svým zkušenostem, dosaženému vzdělání i osobnostním vlastnostem zaujímá vůči této instituci určitý postoj, vytváří si názor a představu. Každý učitel by se měl snažit, aby klima školy bylo co nejlepší. Učitelé se žáky tráví spoustu hodin a pozitivně laděné klima je podmínkou úspěšné práce.

Asi v každé škole, kde je shromážděno velké množství žáků, se vyskytuje i mnoho problémů. Na odborných učilištích se nejvíce vyskytují ty, které vyplývají ze změny denního režimu. Žáci jsou povinni nastupovat na pracoviště už v šest nebo sedm hodin ráno, a proto musí velmi brzy vstávat. Pracovní činnost také vyžaduje, aby celý den plnili své úkoly, tudíž pracují a ne vždy mají možnost při práci sedět. Pro dospělého úsměvná věc, pro žáky prvního ročníku velký problém. Přestávky během pracovní doby jsou povoleny jen dvě, a to je velký nezvyk. Někdy se stává, že žáci při ranním nástupu omdlí, protože ráno nesnídali. Bývají unaveni, ale nutnost splnění úkolu ve správném čase nedovoluje větší množství přestávek.

Špatná komunikace mezi učitelem a žákem vyvolává napjaté pracovní vztahy. Komunikací rozumíme nejenom rozhovor, ale všechny projevy jak žáka, tak i učitele. Problémy vznikají tehdy, je-li učitel příliš autoritativní a nemá rád názory ostatních, není-li ochoten naslouchat a nepřipouští-li názor žáka. Je-li pedagog nedostatečně hodnocen, potom se stává apatickým a názory žáků jsou mu lhostejné. Nebo je příliš impulsivní a každá připomínka žáka jej přiměje k velmi rázné odpovědi. Pokud je vstřícný, milý a má pochopení i přesto se může dopouštět chyb, na příklad - přílišného dotazování, ironizování nebo zasahování do osobních věcí.

Větší množství problémových žáků ve skupině nebo třídě má za následek negativní jevy, jako je šikana, krádeže, agresivita. O nich jsem už hovořila, ale někdy jen jeden problémový žák dokáže narušit celou skupinu, tím, že si přeje být středem pozornosti.

Chování žáků na pracovišti často ovlivní i vážná změna v rodině. Pokud se jedná o introvertního jedince, je tišší než kdy jindy, vyhýbá se kolektivu. Jedná-li se člověka extrovertního, naopak na sebe upozorňuje, neustále vyrušuje a někdy se mu nechce ani odcházet z pracoviště. Tito žáci mají potřebu povídat si s kýmkoli a kdekoli. Proto jsou žáci raději se skupinou vrstevníků, domovu a zaměstnání se vyhýbají.



Nesmím opomenout na kouření a záškoláctví. Kouření na pracovišti je zakázáno, přestávky na jídlo jsou dvě. Žáků závislých na kouření je asi třicet procent. Nejbližší místo ke kouření je padesát metrů od pracoviště, ale v pracovním oděvu se odcházet nesmí. Jak vydržet sedm hodin v šestnácti letech bez cigarety? Je to určitě zátěž, která se na chování odrazí, ale není oficiálně řešena. Záškoláctví řešíme stejně často jako kouření. Občasné prodloužení nemoci, návštěva zubaře a nevolnosti si raději ověřujeme u rodičů. Mnoho žáků jsme pravidelným telefonickým ověřováním naučili pravidelné docházce.

K negativním jevům v současnosti patří také shovívavost rodičů. Pokud jim zatelefonujete, že žák není přítomen, tak ho omluví dříve, než si vše ověří. Přitom je jednoduchá a určitě pedagogicky vhodná náprava - vše si nadpracovat, třeba o víkendu.

Tyto problémy jsou velmi často řešeny a důsledně je potírána otázka záškoláctví. Vždyť za neomluvenou absenci v rozsahu jednoho pracovního dne je žák potrestán důtkou učitele odborného výcviku. Je to dobrá cesta, která má skutečně naučit mladé lidi zodpovědně docházet na pracoviště.

Řešit časté problémy žáků nám pomáhají odborníci – výchovný poradce a školní psycholog. Zabývají se otázkou školní neúspěšnosti žáků, adaptačními problémy, s poruchami chování a osobními potížemi. Provádí krizové intervence. Radu u něj nachází i učitelé teorie a odborného výcviku. Intervence se týkají negativních vztahů mezi žáky, diskriminace jednotlivce, šikany i organizovaného odporu vůči učiteli. Psycholog provádí screening klimatu školních tříd, aby si vytvořil základní přehled o situaci ve třídách. Pak realizuje s vybranými třídami intervenční a diagnostickou práci. V práci se třídou jsou zastoupeny různé typy her, výcviky, ankety, ale také besedy. Ty jsou součástí různých programů zaměřených na prevenci negativních jevů.

Psycholog se zabývá také úspěšností absolventa na trhu práce. Vytváří se nový systém kariérového poradenství, který je provázán s výukou nových témat ve vyučovacích předmětech Volba povolání a Úvod do světa práce. Je zřejmé, že konkrétní rozhodnutí o volbě profese a zaměstnání je u každého žáka jeho osobní volbou. Psycholog může pouze napomoci ujasňovat předpoklady, zájmy, schopnosti, motivaci, podmínky rodinné výchovy, vzory, kulturní tradice, které mají vliv na konečné rozhodnutí žáka.

Máme zatím jednoroční zkušenost s prací psychologa, ale při současném stavu problémových žáků na učilišti jsme rádi, že jeho rad mohou využívat i učitelé. Jeho pomoc spočívá v individuální konzultaci a metodická podpora třídnímu učiteli, výchovnému poradci

a školnímu metodikovi prevence, asistentu pedagoga, dalším učitelům školy i učitelům odborného výcviku. Pokud se ve třídě vyskytne problém, často se projeví i na pracovišti. Učitelé odborného výcviku bývají o problému informováni, jsou také předem upozorněni na možná negativa a včas seznámeni s postupem řešení tohoto problému.

Nelze opomenout také činnost pro rodiče. Ta je realizována nejprve formou skupinové konzultace, přednáškami na třídních schůzkách, různými besedami a osvětou. Nejúčinnější je konzultace a poradenské vedení, individuální případová práce.

## 4. Výzkum

Výzkum je základním zdrojem informací. Jedná se o cílevědomé, systematické a organizované získávání informací. Má za úkol řešit nějaký problém na základě shromážděných faktů. Předpokladem jeho úspěchu je správné vymezení základních otázek a nalezení určité metody k získání a vyhodnocení informací.

Výzkum jsem provedla na Střední odborné škole Josefa Sousedíka Vsetín. Škola v současné době nabízí možnost výběru ze 14 učebních oborů stavebních, gastronomických, strojírenských a zemědělských, zakončených výučním listem, nabízí i čtyřleté maturitní obory gastronomie a strojírenství. Teoretická výuka u všech oborů probíhá v budově školy, praktická na třech odloučených pracovištích.

Nabízí také svým studentům v rámci preventivních programů mnoho kroužků, na příklad turistický, horolezecký, kondiční, kulturistika, aerobic, barmanský, fotografický. Žáci se také účastní mnoha soutěží. V oboru cukrář a barman dosahujeme prvních míst v prestižních gastronomických soutěžích v ČR. Tímto způsobem jsou naši žáci motivováni a získávají spoustu poznatků do budoucna.

Jako vhodnou metodu výzkumu jsem zvolila dotazník, kterému jsem podrobila 45 žáků oboru kuchař, cukrář a číšník a pro srovnání 15 studentů vsetínského gymnázia.

### Přístupy ke zkoumání

- **Sociometrický přístup:** v centru zkoumání jsou žáci středního odborného učiliště oboru kuchař, cukrář, číšník a studenti vsetínského gymnázia
- **Interakční přístup:** objektem studia je především interakce mezi učitelem a žákem z hlediska pomoci v zátěžové situaci žáka
- **Pedagogicko–psychologický přístup:** těžištěm je výzkum vzájemné vztahy žáků na pracovišti a ve třídě
- **Sociálně–psychologický přístup:** vztah žáků k zátěžové situaci, vztahu k náboženství a spokojenosti v rodině.

## Metoda výzkumu

Dotazník je určen k předání konkrétním osobám. Dotazování, kterým jsou osobně předány, se cítí vůči výzkumníkům více zavázáni. Tato závaznost je dále vhodnými psychologickými přístupy posiluje a je proto možné požádat o více podrobných informací. Je nutné, aby otázky byly jasně a konkrétně formulovány. Tím se navodí přesné odpovědi. Byly zde také uplatněny otázky otevřené, skýtající velký prostor k vlastnímu vyjádření, uzavřené, kdy respondent volí mezi několika alternativami.

Způsob odpovědí byl nejjasnější u uzavřených otázek. Zde žáci odpovídali bez rozpaků. Otevřené otázky nabízely možnost vlastního projevu, která nebyla zcela využita. Většina odpovědí byla velmi jednoduchá, výjimku činili odpovědi žáků, kteří měli potřebu svěřit se svým problémem.

Zjištění získaná prostřednictvím dotazníků mají pevně fixované prostředí, obsah a formu otázek, zpravidla s jednoznačně formulovanými variantami odpovědí. Dotazník je určen k vyplnění samotnými respondenty. Za účelem získání 60 vzorků byli osloveni žáci oboru kuchař, cukrář, číšník a studenti vsetínského gymnázia. Důležitou roli sehrál i časový faktor. Přesto bych touto cestou chtěla všem srdečně poděkovat za věnovaný čas a trpělivost při jeho vyplňování.

### **Návratnost dotazníkového šetření byla stoprocentní s přihlédnutím na tato fakta:**

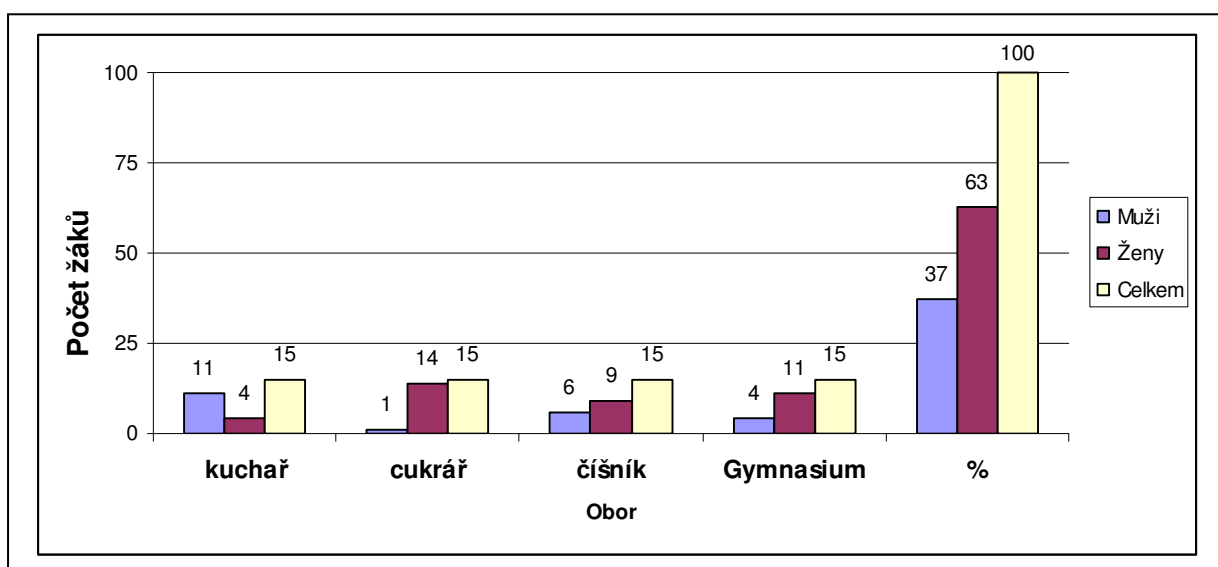
- pohlaví a typ učebního oboru, školy
- věk žáků
- co je nejvíce trápí nebo zatěžuje ve škole a na pracovišti
- zda se dokáží svěřit se svým problémem učiteli
- co je nejčastěji trápí v běžném životě
- zda víra v Boha může ovlivnit chování člověka
- jaký mají názor na víru v Boha
- jsou-li spokojeni se svou rodinou
- jsou-li spokojeni se svým vztahem k příbuzným a přátelům
- jsou-li spokojeni se svým životem
- kdo jim nejvíce pomáhá v složitých životních situacích
- co pokládají za životní krizi
- zda prožili životní krizi
- jaké mají záliby a koníčky

## Vyhodnocení dotazníku

Tabulka č.1

### Charakteristika souboru podle pohlaví a oboru

| POHLAVÍ - OBOR |           |           |           |           | Celkem    |            |
|----------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|                | Celkem    | kuchař    | cukrář    | číšník    | Gymnasium | %          |
| <i>Muži</i>    | 22        | 11        | 1         | 6         | 4         | 37         |
| <i>Ženy</i>    | 38        | 4         | 14        | 9         | 11        | 63         |
| <b>Celkem</b>  | <b>60</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>100</b> |



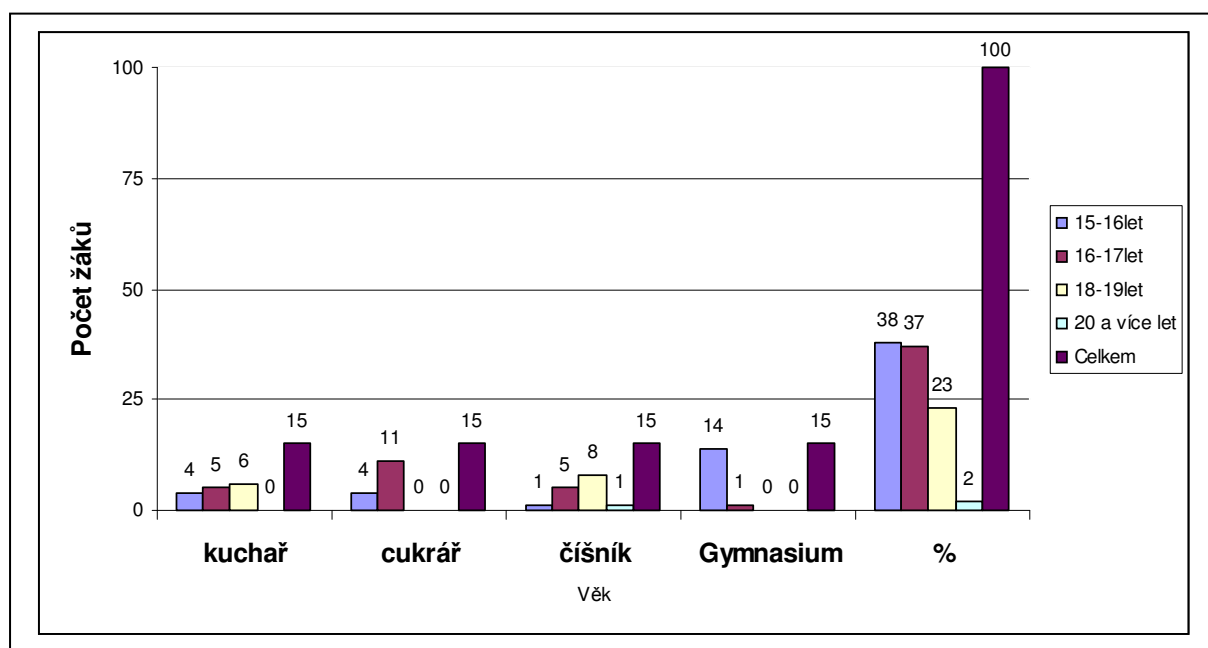
Tabulka č.1 uvádí složení dotazovaných žáků podle pohlaví a oboru.

Výzkumu se účastnilo celkem 60 žáků z toho 22 mužů a 38 žen. Tento stav je ovlivněn oborem cukrář, kde je převaha žen. Počet žáků v jednotlivých oborech byl pro srovnávací metodu jednotný - 15 žáků.

Tabulka č.2

**Charakteristika souboru podle věku žáků**

| VĚK           |           |           |           |           | Celkem    |            |
|---------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|               | Celkem    | kuchař    | cukrář    | číšník    | Gymnasium | %          |
| 15-16let      | 23        | 4         | 4         | 1         | 14        | 38         |
| 16-17let      | 22        | 5         | 11        | 5         | 1         | 37         |
| 18-19let      | 14        | 6         | 0         | 8         | 0         | 23         |
| 20 a více let | 1         | 0         | 0         | 1         | 0         | 2          |
| <b>Celkem</b> | <b>60</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>100</b> |

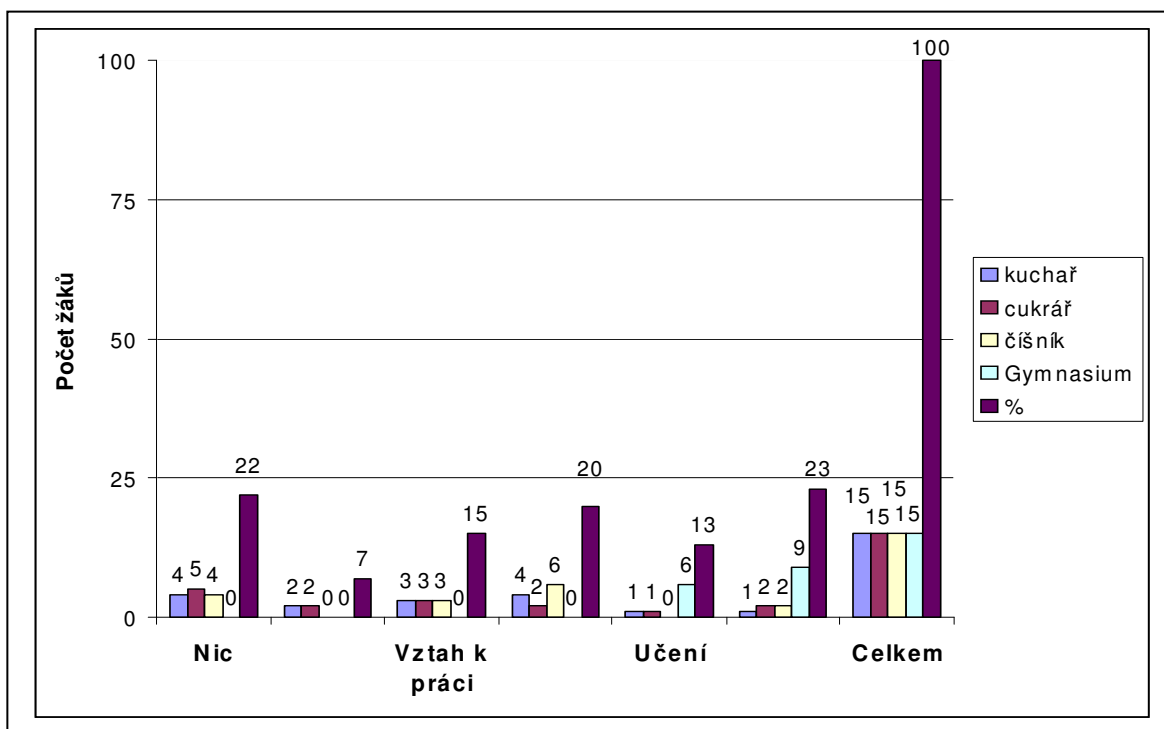


Věk zkoumaných osob byl v rozmezí 15-20 let. Nejvíce žáků se na výzkumu podílelo ve věku 16 – 17 let. Jednalo se o studenty I. a II. ročníků. Pročtením dotazníků jsem zjistila, že tyto žáci byli sdílnější a otevřenější. Žáci vyšších ročníků k výzkumu přistupovali s odstupem a určitou nadřazeností.

Tabulka č. 3

**Co žáky nejvíce trápí a zatěžuje ve škole nebo na pracovišti**

| CO VÁS NEJČASTĚJI TRÁPÍ VE ŠKOLE, NA PRACOVIŠTI |           |           |           |           |           | Celkem     |
|---|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|   | Celkem    | kuchař    | cukrář    | číšník    | Gymnasium | %          |
| <i>Nic</i>                                      | 13        | 4         | 5         | 4         | 0         | 22         |
| <i>Vstávání</i>                                 | 4         | 2         | 2         | 0         | 0         | 7          |
| <i>Vztah k práci</i>                            | 9         | 3         | 3         | 3         | 0         | 15         |
| <i>Vztah k spolužákům</i>                       | 12        | 4         | 2         | 6         | 0         | 20         |
| <i>Učení</i>                                    | 8         | 1         | 1         | 0         | 6         | 13         |
| <i>Vztah k učitelům</i>                         | 14        | 1         | 2         | 2         | 9         | 23         |
| <b>Celkem</b>                                   | <b>60</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>100</b> |

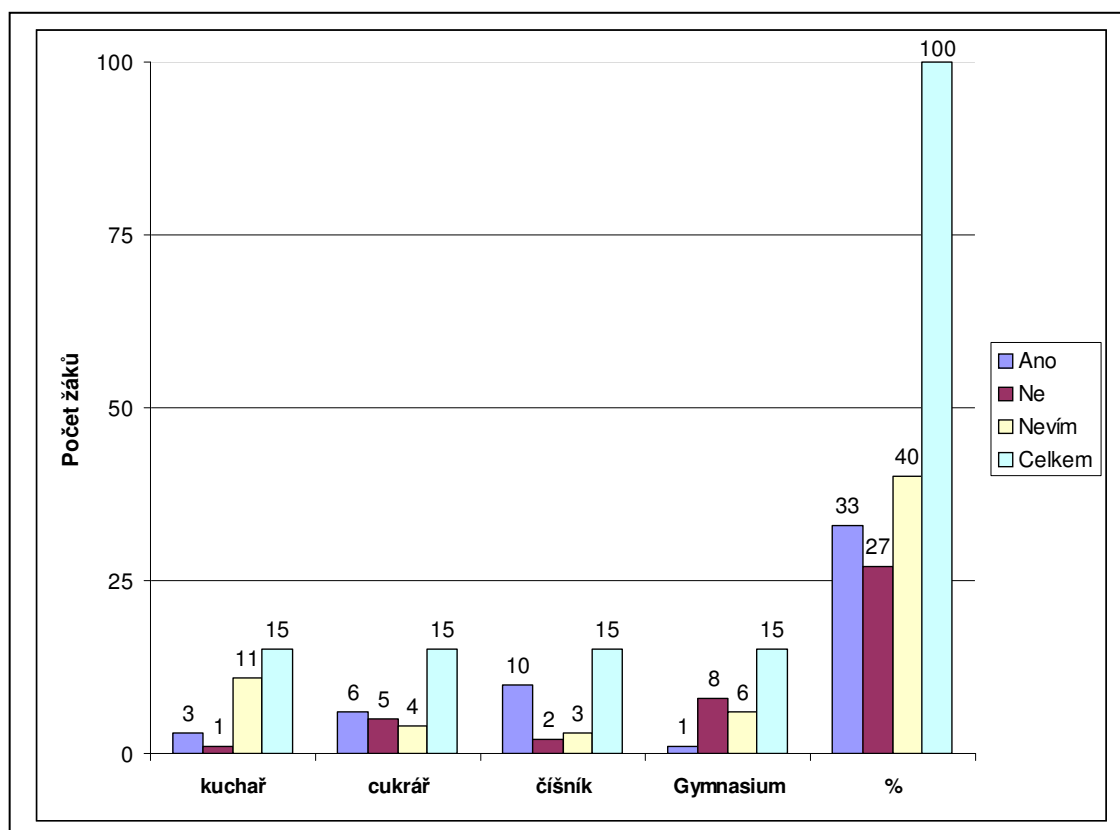


Podle výsledků výzkumu je to především vztah k učitelům a spolužákům. Zatěžující poměr k učitelům a k těžkému učení mají studenti na gymnasiu. Na střední odborné škole to pro žáky není takovou zátěží. Učni jsou více nespokojeni se svými spolužáky a vztahem mezi sebou. Necelá čtvrtina jedinců je se vztahy spokojena. Mezi ostatní problémy patří brzké ranní, protože žáci musí vstávat i velmi časně, aby se dostali včas na pracoviště.

Tabulka č. 4

**Pokud máte na pracovišti problém, dokážete se svěřit učiteli**

| UMÍTE SE SVĚŘIT UČITELI |           |           |           |           | Celkem    |            |
|-------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|                         | Celkem    | kuchař    | cukrář    | číšník    | Gymnasium | %          |
| Ano                     | 20        | 3         | 6         | 10        | 1         | 33         |
| Ne                      | 16        | 1         | 5         | 2         | 8         | 27         |
| Nevím                   | 24        | 11        | 4         | 3         | 6         | 40         |
| <b>Celkem</b>           | <b>60</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>100</b> |



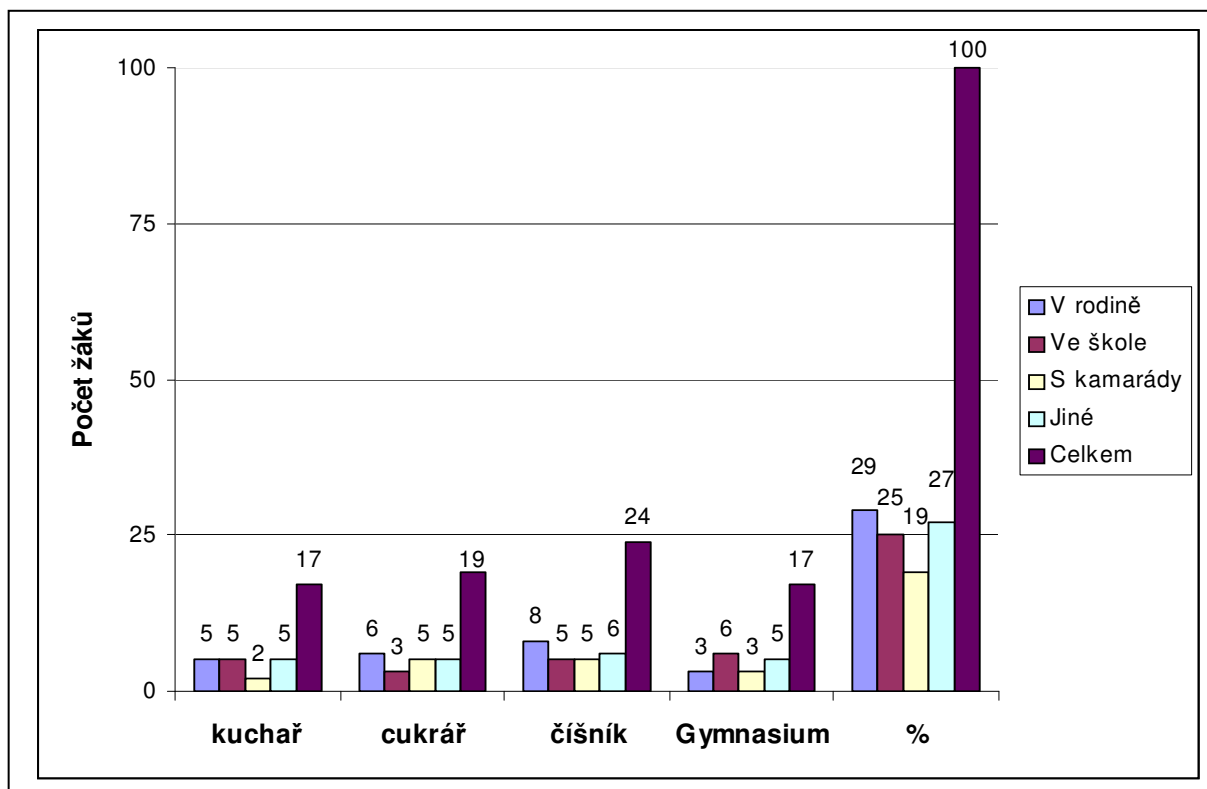
Vztah žáků k učitelům vyjadřuje tato tabulka. 40 procent žáků si není jista, zda by našla odvahu se svěřit. Na střední odborné škole mají žáci ke svým učitelům bližší vztah, což je dáno větším množstvím času společně stráveným na pracovišti. Největší důvěru ke svým učitelům odborného výcviku mají žáci učebního oboru číšník.



Tabulka č.5

## Co vás nejčastěji trápí v běžném životě

| CO VÁS NEJČASTĚJI TRÁPÍ V ŽIVOTĚ |           |           |           |           | Celkem    |            |
|----------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Problémy                         | Celkem    | kuchař    | cukrář    | číšník    | Gymnasium | %          |
| <i>V rodině</i>                  | 22        | 5         | 6         | 8         | 3         | 29         |
| <i>Ve škole</i>                  | 19        | 5         | 3         | 5         | 6         | 25         |
| <i>S kamarády</i>                | 15        | 2         | 5         | 5         | 3         | 19         |
| <i>Jiné</i>                      | 21        | 5         | 5         | 6         | 5         | 27         |
| <b>Celkem</b>                    | <b>77</b> | <b>17</b> | <b>19</b> | <b>24</b> | <b>17</b> | <b>100</b> |

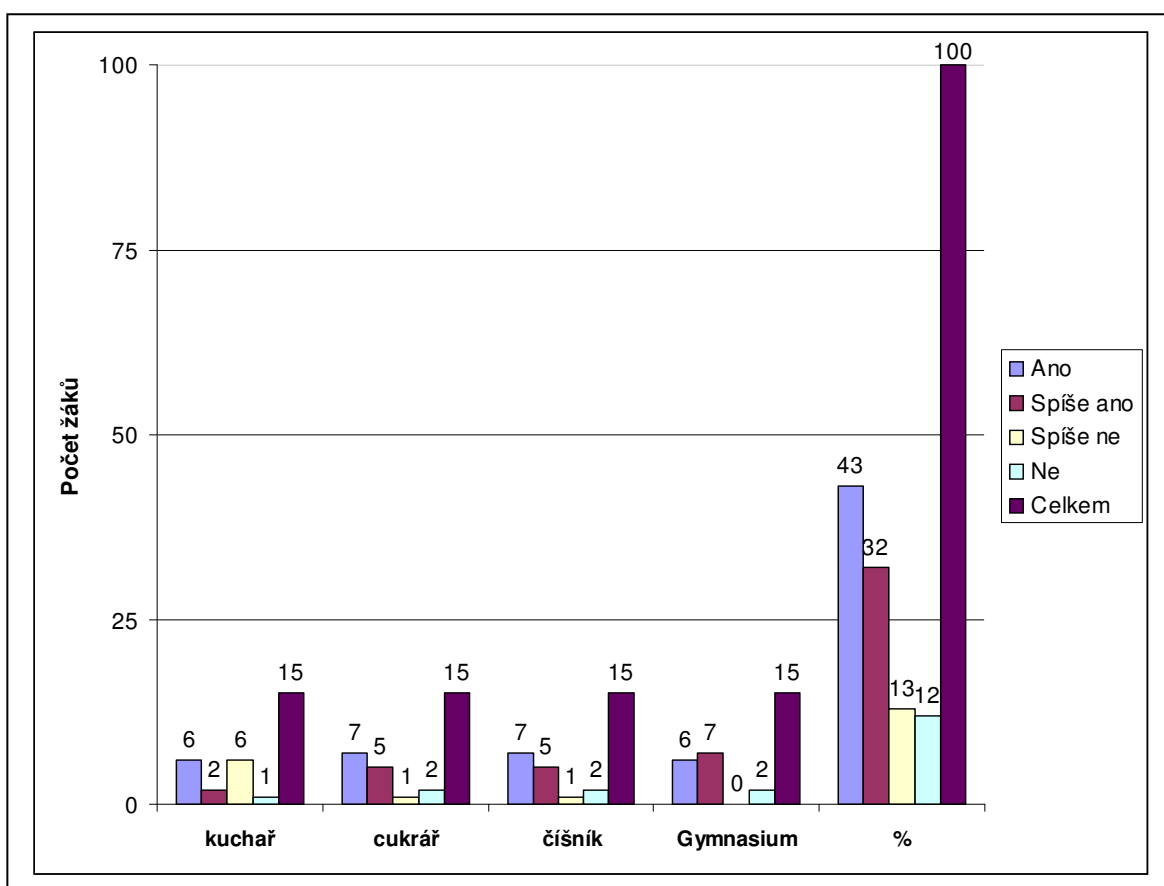


Nejvíce zatěžující jsou pro žáky problémy v rodině. Na druhém místě pod pojmem *jiné* jsou zachyceny problémy se sebou samými, vztahem ke svým láskám, nuda a nebo také žádná zátěž. Školní zátěž se projevila u studentů gymnasia a opakované nesrovnalosti s kamarády jsou přítěží jak studenty, tak pro učně.

Tabulka č.6

**Myslíte si, že víra v Boha může ovlivnit chování člověka**

| VÍRA MŮŽE OVLIVNIT ČLOVĚKA |           |           |           |           | Celkem    |            |
|----------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|                            | Celkem    | kuchař    | cukrář    | číšník    | Gymnasium | %          |
| <i>Ano</i>                 | 26        | 6         | 7         | 7         | 6         | 43         |
| <i>Spíše ano</i>           | 19        | 2         | 5         | 5         | 7         | 32         |
| <i>Spíše ne</i>            | 8         | 6         | 1         | 1         | 0         | 13         |
| <i>Ne</i>                  | 7         | 1         | 2         | 2         | 2         | 12         |
| <b>Celkem</b>              | <b>60</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>100</b> |

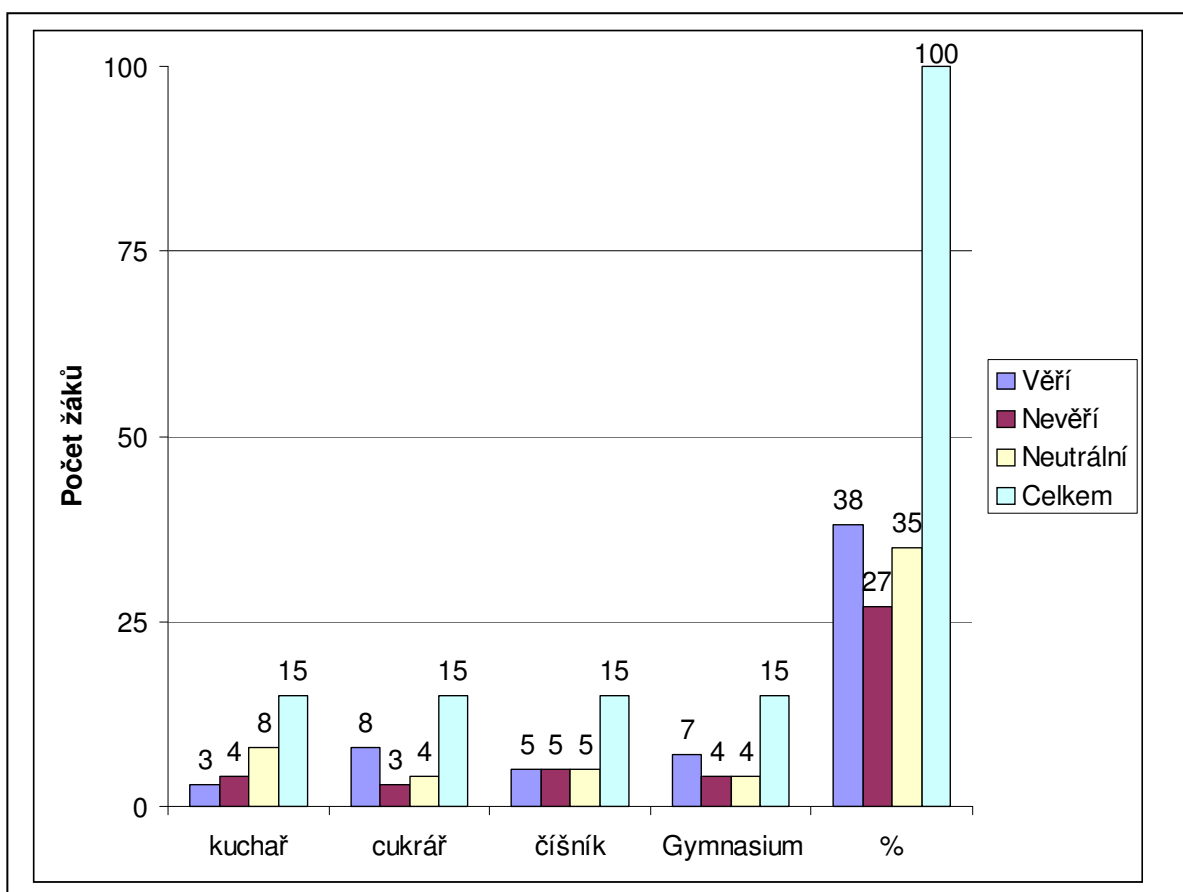


Prozkoumáním této otázky docházím k názoru, že žáci jsou víře k Bohu nakloněni. Buď mají sami zkušenost s vírou nebo uznávají vliv náboženství z chování svých přátel. V dotazníku se také přiznali k svému zápornému postoji a taky, v jednom případě, ke ztrátě své víry a víře v satana.

Tabulka č. 7

**Jaký je váš názor na víru v Boha**

| NÁZOR NA VÍRU V BOHA |           |           |           |           |           | Celkem     |
|----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|                      | Celkem    | kuchař    | cukrář    | číšník    | Gymnasium | %          |
| <i>Věří</i>          | 23        | 3         | 8         | 5         | 7         | 38         |
| <i>Nevěří</i>        | 16        | 4         | 3         | 5         | 4         | 27         |
| <i>Neutrální</i>     | 21        | 8         | 4         | 5         | 4         | 35         |
| <b>Celkem</b>        | <b>60</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>100</b> |

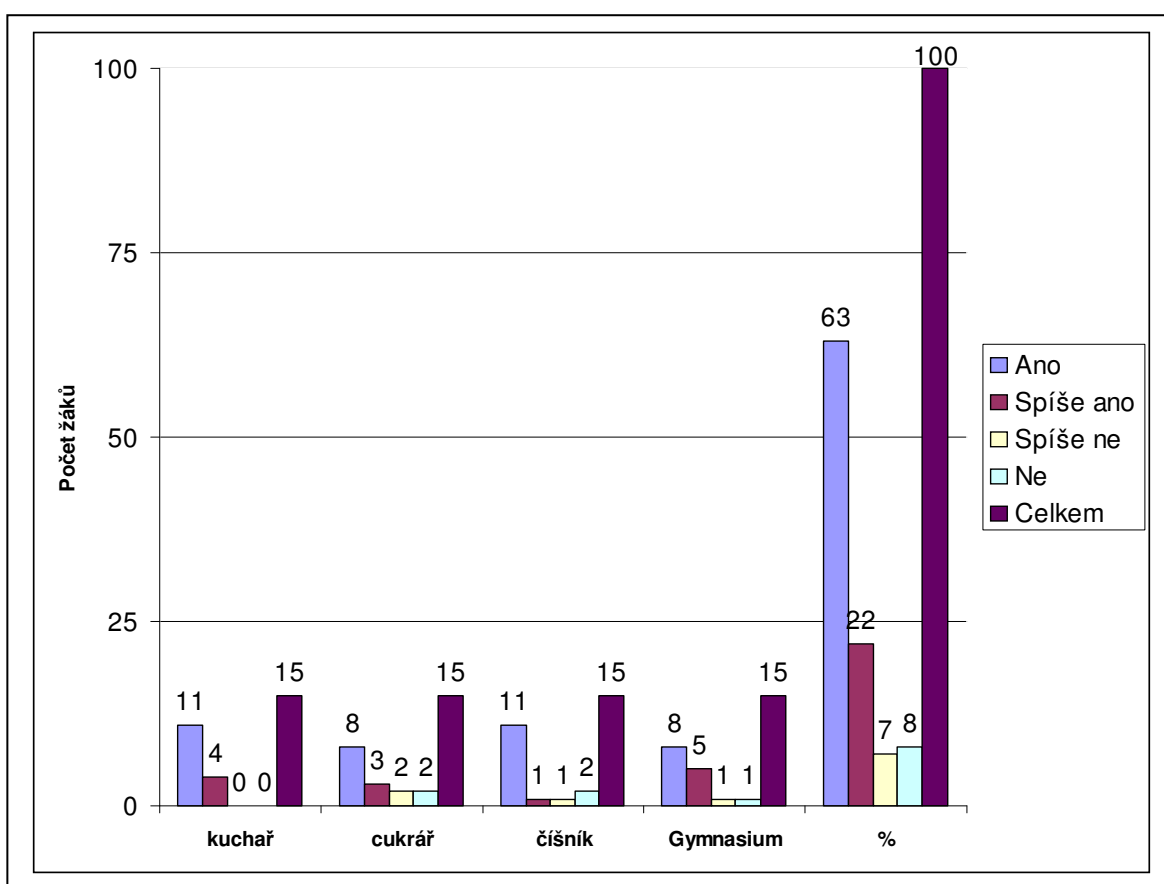


V této otázce se žáci zaměřili na jednoduché odpovědi typu věřím, nevěřím, je mi to jedno nebo nevadí mi, ale já sám nevěřím. Shrnutím a seřazením odpovědí jsem došla k tomuto závěru. Nejvíce věřících žáků se vyskytuje v učebním oboru cukrář a studenty gymnasia.

Tabulka č. 8

**Jste spokojen (a) se svou rodinou**

| JSTE SPOKOJEN SE SVOU RODINOU |           |           |           |           | Celkem    |            |
|-------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|                               | Celkem    | kuchař    | cukrář    | číšník    | Gymnasium | %          |
| Ano                           | 38        | 11        | 8         | 11        | 8         | 63         |
| Spíše ano                     | 13        | 4         | 3         | 1         | 5         | 22         |
| Spíše ne                      | 4         | 0         | 2         | 1         | 1         | 7          |
| Ne                            | 5         | 0         | 2         | 2         | 1         | 8          |
| <b>Celkem</b>                 | <b>60</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>100</b> |

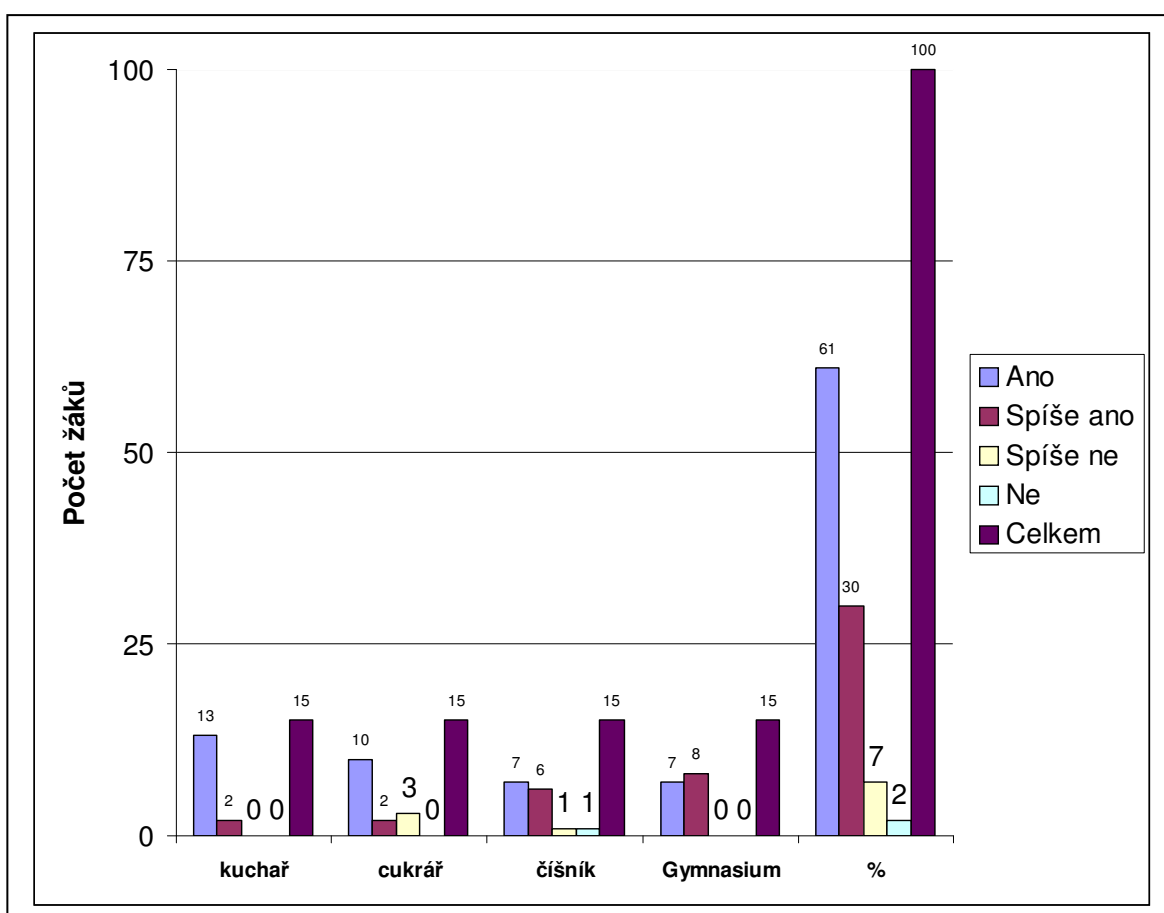


Výsledek této otázky je velmi dobrý. 63 procent žáků je spokojeno se svou rodinou a 22 procent spíše ano. I když si nejsou jisti úplně, nemají vážné problémy. Z negativních výsledků jsem se dozvěděla, že jeden žák byl z domu rodiči vystěhován a žije v azylovém domě a jeden má vážné problémy s rodiči.

Tabulka č.9

**Jste spokojen (a) s vaším vztahem k příbuzným a přátelům**

| JSTE SPOKOJEN SE VZTAHEM K PŘÍBUZNÝM |           |           |           |           | Celkem    |            |
|--------------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|                                      | Celkem    | kuchař    | cukrář    | číšník    | Gymnasium | %          |
| Ano                                  | 37        | 13        | 10        | 7         | 7         | 61         |
| Spíše ano                            | 18        | 2         | 2         | 6         | 8         | 30         |
| Spíše ne                             | 4         | 0         | 3         | 1         | 0         | 7          |
| Ne                                   | 1         | 0         | 0         | 1         | 0         | 2          |
| <b>Celkem</b>                        | <b>60</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>100</b> |

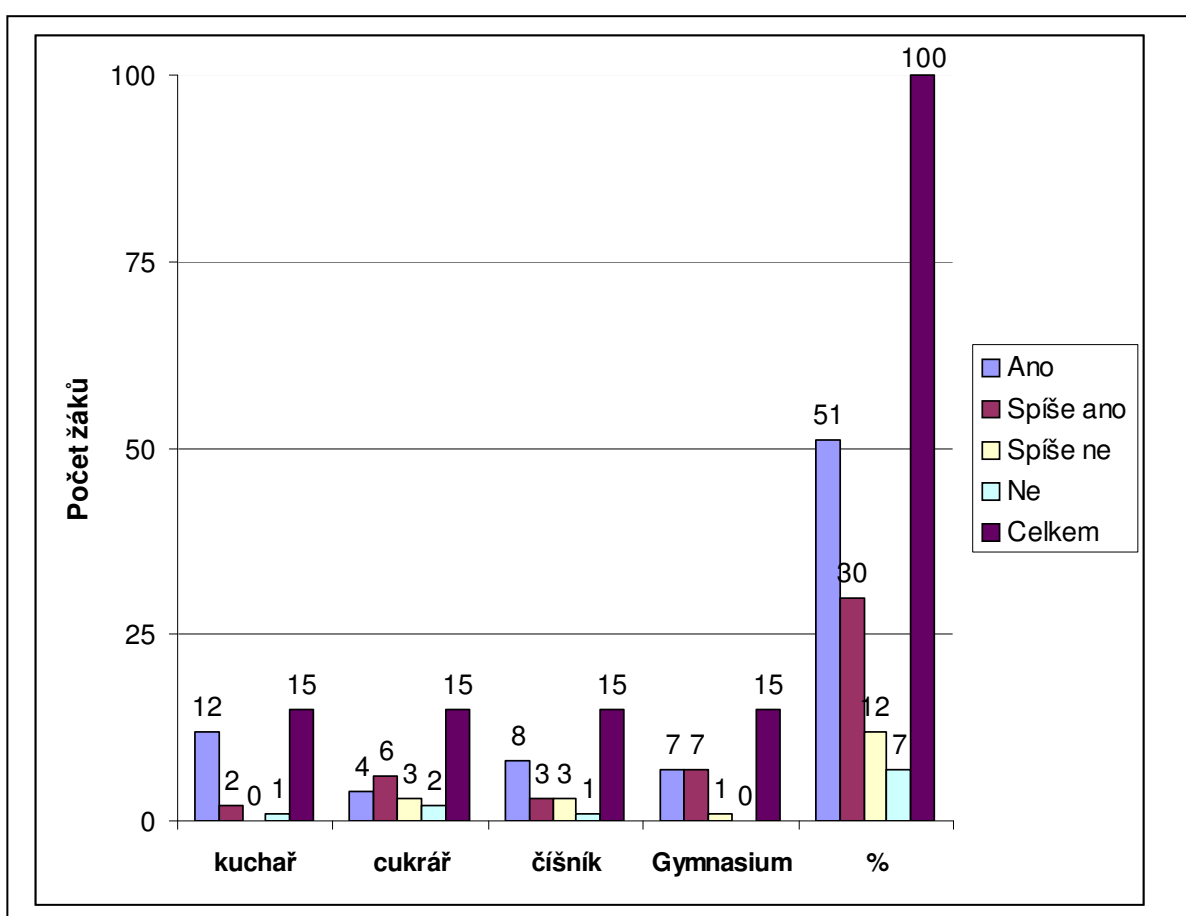


Vztahy k příbuzným a přátelům jsou uspokojivé. Kladným vztahem se pyšní 91 procent respondentů. Je tu větší spokojenost o 6 procent než spokojenost s rodinnou. Dá se to přičíst možnosti výběru přátel a hledání porozumění právě u nich. Jediným záporným postojem se svěřila žákyně oboru číšník., bližší důvod nevedla. Se svým problémem se svěřila žákyně oboru cukrář, proto, že jí nedávno zemřel kamarád nemůže si najít další přátele

Tabulka č.10

**Jste spokojen se svým životem**

| JSTE SPOKOJEN SE SVÝM ŽIVOTEM |           |           |           |           |           | Celkem     |
|-------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|                               | Celkem    | kuchař    | cukrář    | číšník    | Gymnasium | %          |
| Ano                           | 31        | 12        | 4         | 8         | 7         | 51         |
| Spíše ano                     | 18        | 2         | 6         | 3         | 7         | 30         |
| Spíše ne                      | 7         | 0         | 3         | 3         | 1         | 12         |
| Ne                            | 4         | 1         | 2         | 1         | 0         | 7          |
| <b>Celkem</b>                 | <b>60</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>100</b> |

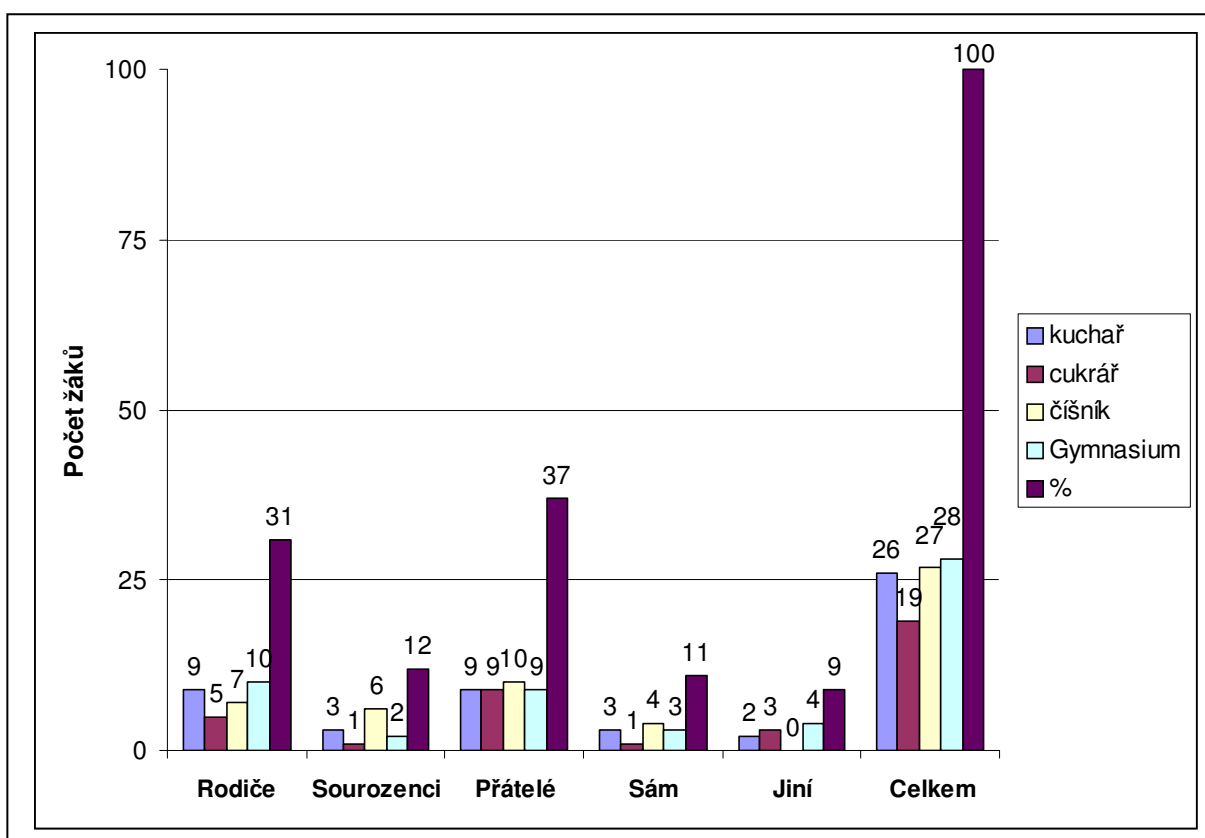


Spokojenost se svým životem vyjádřilo 81 procent dotazovaných. 19 procent sice nevedlo důvody své nespokojenosti, ale z dotazníku jasně vyplývají problematické vztahy buď k rodině nebo přátelům.

Tabulka č. 11

**Kdo vám nejvíce pomáhá ve složitých životních situacích**

| KDO VÁM POMÁHÁ VE SLOŽITÝCH SITUACÍCH |            |           |           |           | Celkem    |            |
|---------------------------------------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|                                       | Celkem     | kuchař    | cukrář    | číšník    | Gymnasium | %          |
| <i>Rodiče</i>                         | 31         | 9         | 5         | 7         | 10        | 31         |
| <i>Sourozenci</i>                     | 12         | 3         | 1         | 6         | 2         | 12         |
| <i>Přátelé</i>                        | 37         | 9         | 9         | 10        | 9         | 37         |
| <i>Sám</i>                            | 11         | 3         | 1         | 4         | 3         | 11         |
| <i>Jiní</i>                           | 9          | 2         | 3         | 0         | 4         | 9          |
| <b>Celkem</b>                         | <b>100</b> | <b>26</b> | <b>19</b> | <b>27</b> | <b>28</b> | <b>100</b> |

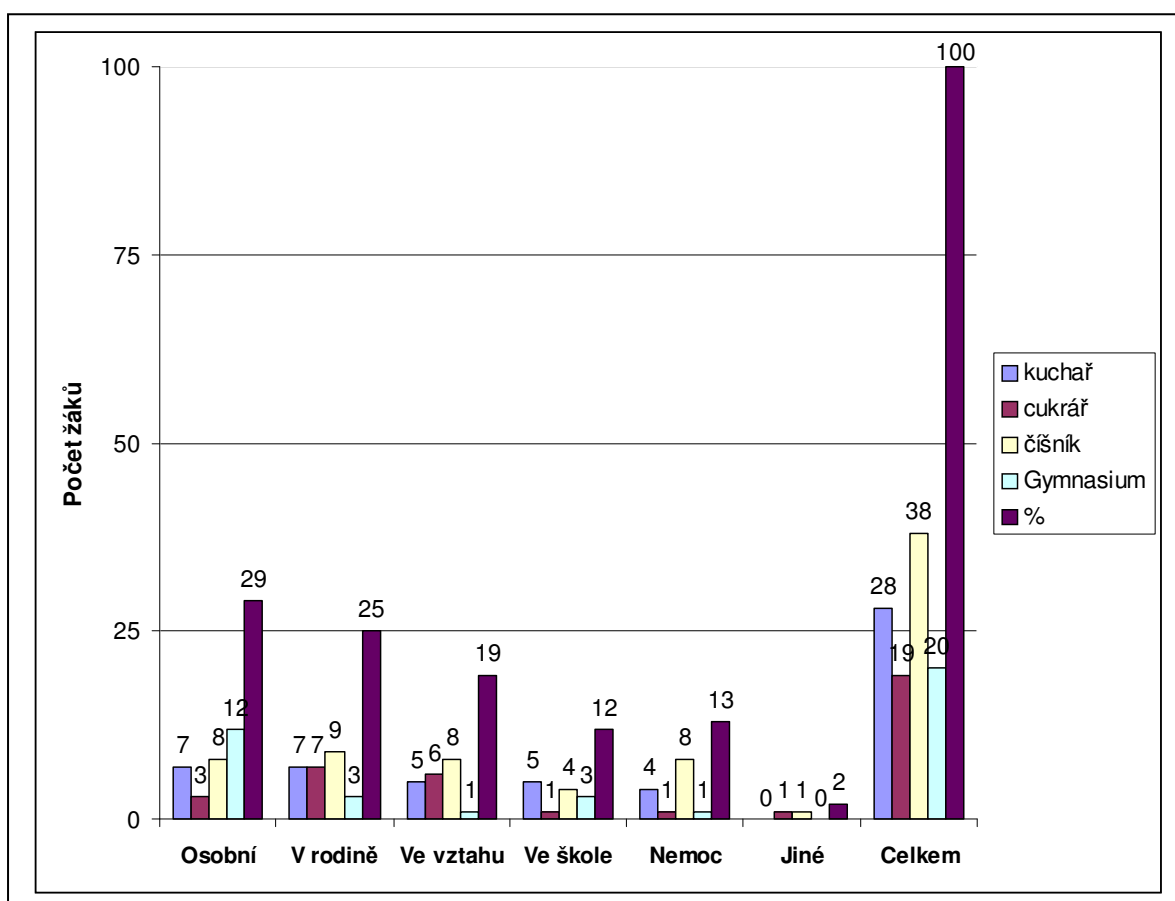


Ve složitých životních situacích mají největší vliv přátelé, až potom rodiče. Vyjadřuje to důvěru žáků především ke svým kamarádům a přátelům. Sourozenci v tomto případě hrají velmi malou roli a spíše se žáci spoléhají na sebe.

Tabulka č. 12

**Co pokládáte za životní krizi**

| CO POKLÁDÁTE ZA ŽIVOTNÍ KRIZI |            |           |           |           | Celkem    |            |
|-------------------------------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Problémy                      | Celkem     | kuchař    | cukrář    | číšník    | Gymnasium | %          |
| <i>Osobní</i>                 | 30         | 7         | 3         | 8         | 12        | 29         |
| <i>V rodině</i>               | 26         | 7         | 7         | 9         | 3         | 25         |
| <i>Ve vztahu</i>              | 20         | 5         | 6         | 8         | 1         | 19         |
| <i>Ve škole</i>               | 13         | 5         | 1         | 4         | 3         | 12         |
| <i>Nemoc</i>                  | 14         | 4         | 1         | 8         | 1         | 13         |
| <i>Jiné</i>                   | 2          | 0         | 1         | 1         | 0         | 2          |
| <b>Celkem</b>                 | <b>105</b> | <b>28</b> | <b>19</b> | <b>38</b> | <b>20</b> | <b>100</b> |



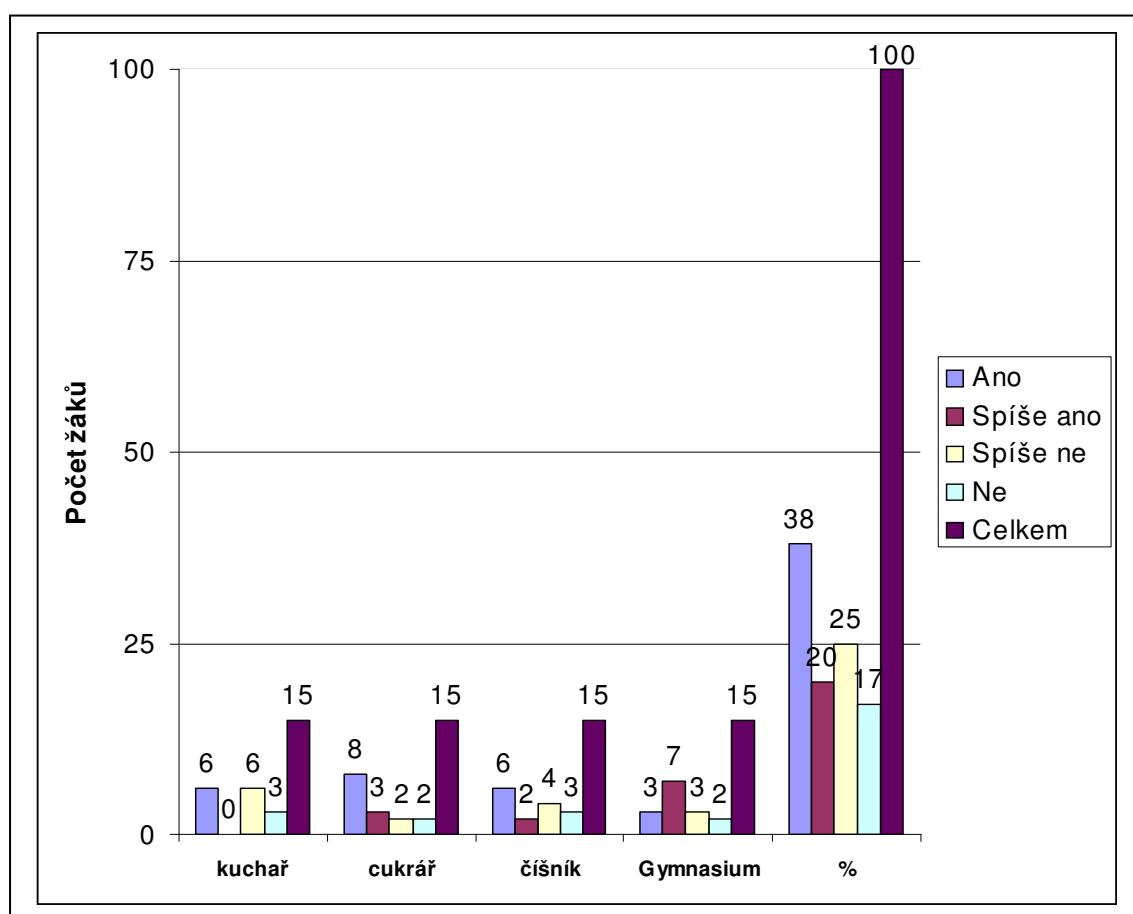
Tady odpovědi byly voleny i několikrát. Nedá se vyjádřit, která životní krize je nejvíce zasahuje. Pravděpodobně je to krize osobní, potom krize v rodině, ve vztazích. Opomenout nelze ani krize ve škole. Nemoc jako krizi pokládá jen 13 procent žáků.



Tabulka č.13

**Prožili jste nějakou životní krizi**

| PROŽILI JSTE ŽIVOTNÍ KRIZI |           |           |           |           |           | Celkem     |
|----------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|                            | Celkem    | kuchař    | cukrář    | číšník    | Gymnasium | %          |
| Ano                        | 23        | 6         | 8         | 6         | 3         | 38         |
| Spíše ano                  | 12        | 0         | 3         | 2         | 7         | 20         |
| Spíše ne                   | 15        | 6         | 2         | 4         | 3         | 25         |
| Ne                         | 10        | 3         | 2         | 3         | 2         | 17         |
| <b>Celkem</b>              | <b>60</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>15</b> | <b>100</b> |

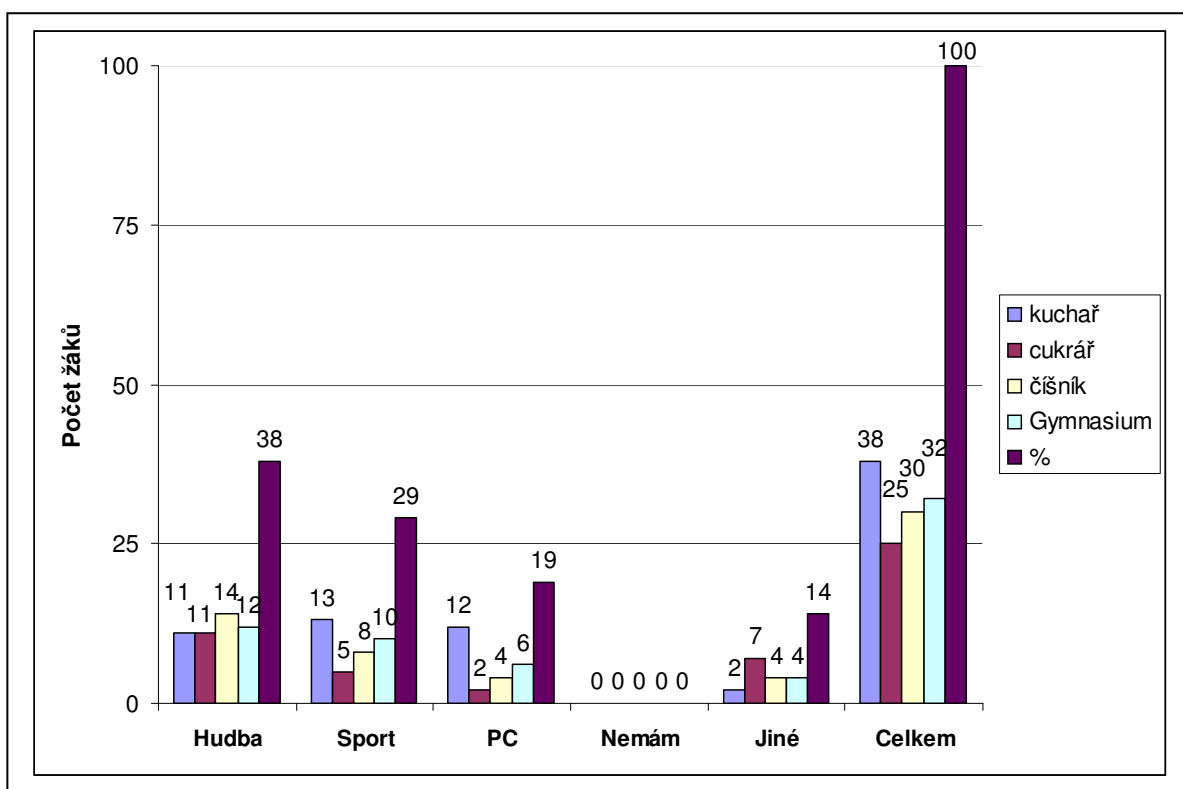


Životní krizí bylo zasaženo 58 procent žáků. Jakým druhem se nesvěřili, bylo pro ně asi dost těžké přiznat se. Mezi šťastné lidi, kteří ji nepoznali se řadí 42 respondentů

Tabulka č.14

**Jaké jsou vaše záliby a koníčky**

| JAKÉ JSOU VAŠE ZÁLIBY A KONÍČKY |            |           |           |           |           | Celkem     |
|---------------------------------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|                                 | Celkem     | kuchař    | cukrář    | číšník    | Gymnasium | %          |
| <i>Hudba</i>                    | 48         | 11        | 11        | 14        | 12        | 38         |
| <i>Sport</i>                    | 36         | 13        | 5         | 8         | 10        | 29         |
| <i>PC</i>                       | 24         | 12        | 2         | 4         | 6         | 19         |
| <i>Nemám</i>                    | 0          | 0         | 0         | 0         | 0         | 0          |
| <i>Jiné</i>                     | 17         | 2         | 7         | 4         | 4         | 14         |
| <b>Celkem</b>                   | <b>125</b> | <b>38</b> | <b>25</b> | <b>30</b> | <b>32</b> | <b>100</b> |



Cílem mého výzkumu bylo zjistit, co současní mladí lidé pokládají za životní krizi, co je pro ně zátěž a co je nejvíce trápí ve škole a na pracovišti. Respondenty byla učňovská mládež oboru kuchař, číšník a cukrář. Srovnávacím vzorkem studenti gymnázia.

Z výsledků výzkumu jsem zjistila následující skutečnosti:

### **1) Co žáci pokládají za životní krizi.**

Nejvíce, 29 procenty, byla ohodnocena krize osobní, 25 procenty krize v rodině. Nejméně procent označena odpověď jiné.

Za životní krizi pokládají nejčastěji krizi osobní studenti gymnázia. Pro učňovskou mládež je životní krize představena krizí v rodině. Opomenout nelze ani krize ve vztahu, která je pro současnou mládež velmi aktuální.

### **2) Co žáky a studenty nejčastěji trápí v běžném životě**

V běžném životě je nejvíce zatěžují rodinné problémy vystižené 29 procenty a problémy ve škole 25 procenty. Problémy ve škole představují největší zátěž pro studenty, je to způsobeno náročným učivem. Pro žáky odborné školy jsou rodinné problémy častější. Nejméně zatěžující jsou problémy s kamarády, ale i zde je procento dosti vysoké - 19 procent.

### **3) Co žáky nejčastěji trápí ve škole a na pracovišti**

Shrnutím odpovědí se dozvídáme, že jsou to napjaté vztahy s učiteli – 23 procent a spolužáky- 20 procent. Projevuje se tu opět náročnost učební látky u studentů, vyjádřeno 9 procenty. Za povšimnutí stojí spokojenost žáků - 22 procent. Ranní vstávání je vyjádřeno 7 procenty, protože se týká pouze oboru kuchař a cukrář

### **4) Pokud máte na pracovišti problém, dokážete se svěřit svému učiteli**

Z výsledku vyplývá, že jedna třetina žáků se svěří svému učiteli, ovšem je to dáno skupinou žáků oboru číšník, kteří mají velkou důvěru ke svému učiteli odborného výcviku. Studenti gymnázia se svěřují nejméně, což je způsobeno tím, že netráví tolik času s učiteli jako žáci učebních oborů. 40 procent žáků neví, zda by se učiteli svěřili. Záleží asi na okolnostech, zda by k tomu našli odvahu.

## Závěr

Chceme-li porozumět chování žáků, musíme brát v úvahu nejen samotnou osobnost žáka, ale také různé vlivy, které na ně působí. V podmínkách školy je nejdůležitější z nich učitel, v podmínkách pracoviště učitel odborného výcviku. Pedagog může své úkoly rozpoznat pouze tehdy, zná-li děti jako celé osoby, a ne pouze jako jedince. Osobnost dítěte a jeho schopnost učit se, motivace, sociální chování a postoje ke škole se všechny utvářejí jako výsledek působení složitého souboru činitelů vztahujících se k sobě navzájem. Sociální život dítěte se utváří doma. Doma obvykle vznikají i naše nejtěsnější vztahy, zde se vyvíjí motivace ke vztahu ke škole i vlastní budoucnosti. ( Fontana,1997)

Tato práce mne obohatila o nové a zajímavé poznatky ve vztazích k žákům našeho odborného učiliště. Při výzkumné části jsem si vytýčila zjistit, co žáci pokládají za životní krizi, co je pro ně zátěží na pracovišti a ve škole, kdo jim nejvíce pomáhá a zda mají důvěru ve své učitele.

Při vypracování teoretické části jsem našla odpověď na otázku, proč se chováme v zátěžové situaci jinak, než bychom chtěli. Je to způsobeno hledáním správné rovnováhy mezi povahou problému a důsledky. Velký nepoměr mezi těmito faktory vyvolává tlak, který blokuje nacházení správného řešení. Z hlediska pomoci je důležité mít tento fakt na mysli a ukázat žáku správnou cestu řešení.

Proč žáci reagují na pokyny, které jim učitel zadává, různě? Je to způsobeno jejich prožitými zkušenostmi. Bývají ovlivněni rodiči, kteří v nich vytvářeli vztah ke škole, a také předchozími učiteli, již v nich zanechali svůj otisk.

Vyhodnocením výzkumného šetření jsem zjistila, že žáci nejčastěji za životní krize pokládají krize osobní a rodinné. Mají své zkušenosti. Krizi si prožilo 38 procent respondentů.

Psychickou zátěž zvládají nejčastěji za pomoci svých přátel. I rodina hraje velmi důležitou roli, to ovšem v těch případech je-li rodinné zázemí na dobré úrovni. Z hlediska dotazníku se dá říct, že u většiny žáků tomu tak je. Většina z nich je spokojena se svou rodinou. Pro mě překvapující byl fakt, že se málo svěřují svým sourozencům.

Vztah k učitelům je zmapován v dotazníku v otázce důvěry. Asi jedna třetina žáků by se učiteli svěřila, tudíž důvěru má. Jedna třetina neví, asi záleží na závažnosti a potřebě svěřit se někomu. Třetina žáků se uzavírá a s problémy se nikdy nesvěřuje.

Výzkum byl pro mne přínosem i proto, že jsem poznala, že žáci mají potřebu se svěřit a dotazníková metoda vedená v určité anonymitě je tomu odpovídající. Svěřili se s problémem, který je skutečně trápí. Byla to nespokojenost v rodině, problémy týkajícími se ztráty domova, bydlení v azylovém domě a nedostatek peněz. Nebo s hledáním nových přátel a smutkem z toho, že je nemohou najít. Svěřili se také s obavami z dnů příštích a nespokojeností se životem.

Rozborem výzkumu jsem se také dozvěděla, že největší potřebu sdělit své pocity mají žáci prvních ročníků. Změna školy je pro ně hodně citelná, změna učebního stylu a výuky zatěžující. Je nutné se žákům věnovat, snažit se je chápat a pomáhat jim i nad rámec školních povinností. Každý učitel by se měl snažit o to, aby vztahy ve škole byly co nejlepší.

Byla bych velmi ráda, kdyby moje práce měla význam i pro mé mladší kolegy, kteří nemají tolik zkušeností jako já a hodnotí žáky z hlediska momentálního pocitu a rozpoložení. Jejich neuvážené jednání způsobuje předčasné ukončení studia některých žáků a nechuť dále na jiné škole pokračovat.

Sociální psychologie a pedagogika nám naznačuje, jak se vytváří obraz člověka, který je ovlivňován sociální interakcí. Nedává nám ale radu, jak s těmito obrazy zacházet, jak nakládat s odlišnostmi. Neřekne nám, komu více věřit a komu ne. Může nám mnohé říci o egotismu, egocentrismu, soupeření, spolupráci. Pomáhá porozumět vzájemným vztahům mezi lidmi. Studium sociální pedagogiky mě vedlo k zamyšlení nad otázkou šikany a požívání návykových látek, což se stále více objevuje i na naší škole. Zdokonalila jsem si také komunikační schopnosti, snažím se o správnou formulaci výroku. Věnuji větší pozornost verbálnímu i neverbálnímu vystupování žáků. Znalost práva a jeho historie a orientace v problematice patologických jevů jsou neocenitelnou pomocí i v běžném životě.

## Resume

V úvodu své bakalářské práce popisuji vlivy, které na člověka působí, prochází-li životní krizí. Objektem mého zájmu se stala učňovská mládež a její problémy a možnosti jejich řešení.

Cílem mé práce bylo zjistit, co je pro současnou učňovskou mládež největší zátěží, kde hledají pomoc, zda věří svým učitelům a zda se dokáží se svými problémy svěřit. Kde hledají pomoc a jaký mají vztah k víře v Boha. Základním úkolem bylo poznat, které životní krize žáci pokládají za nejzávažnější a zda s životní krizí mají zkušenosti. Jak ji řeší a kdo je jim životní oporou, kde hledají pomoc

Nejprve popisuji krizi a krizovou intervenci všeobecně, potom se zajímám o vývojovou krizi a současné učňovské školství se zaměřením na žáky středního odborného učiliště oboru kuchař, cukrář, číšník a studenty gymnázia.

Mladí lidé se skutečně velmi těžce orientují ve složitém světě, hledají své místo v životě a utváří si vlastní žebříček hodnot, který už rodiče neovlivní. Prochází školou života. Je na nás dospělých, abychom jim svým názorem a příkladem pomohli najít tu nejlepší cestu. Měli bychom jim projevít co nejvíce pochopení, shovívavosti a lásky, aby i oni mohli stejnou pozornost předávat dál.

## **Anotace**

Dlouholetá práce s mladými lidmi a jejich životní osudy, které je provázejí, mě inspirovaly ke zvolení tohoto tématu a přispěly k pochopení jejich chování v učebním procesu. Ovšem život současné mládeže není jenom škola, rodina, ale také společnost. Právě v čase dospívání si utváří vztahy s vrstevníky, navazují nové kontakty a mladý člověk hledá své místo v životě. Ve své práci jsem se zabývala otázkami životních krizí učňů SOŠ a studentů gymnázia, pokusila jsem se zjistit, co je nejvíce zatěžuje a jakou formou životní problémy řeší. Zajímala jsem se také o to, kde vyhledávají pomoc a kdo je jim oporou. Výsledky svého šetření jsem uvedla v závěru bakalářské práce. Chtěla bych, aby má práce sloužila při výuce žáků i mým kolegům.

### **Klíčová slova**

Životní krize, stres, vývojová krize, intervence, zátěž, problémová mládež

### **Key words**

Life crisis, stress, development crisis, intervention, stress, problematic youth

## **Annotation**

What inspired me to choose this topic was my long-lasting work with young people and their lives. This also contributed to my understanding of their behaviour in the learning process. The life of the present young people is not only school and family, though. It is also the society. It is the time of getting adult when they create relationships with their peers, make new friendships and seek their place in life. In my work I dealt with the questions of life crisis of pupils of secondary vocational school and students of grammar school, I tried to find out what lays the greatest stress upon them and how they solve the problems. I was also interested in the fact where they seek help and who supports them. The results of my survey are presented at the end of my final work. I would be very glad if this work also helped my colleagues in teaching their pupils.

## Seznam použité literatury

1. Auger, Strach, obavy a jejich překonávání. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-231-9
2. Battisonová, Zvládnutý stres. Czek edititon, Jan Vašut, 1999. ISBN 80-7236-053-1
3. Bílá kniha, Taurus, 2001. ISBN 80-211-0372-8
4. Fontana, Psychologie ve školní praxi. Praha: Portál, 1997. ISBN 80-7178-063-4
5. Hartl, Psychologický slovník. 1.vyd. Praha, Budka, 1993. ISBN 880-901549-0-5
6. Janek, Cesty rozvoje osobnosti. 1.vyd. Praha: Mladá fronta, 1989. ISBN 80-204-0097-4
7. Kohoutek, Vývojová psychologie. IMS Brno, 2003
8. Křivohlavý, Já a ty. Praha: Avicenum, 1997. 08.006-77
9. Křivohlavý, Jak přežít vztek, zlost a agresi. Praha: Grada Publishing, 2004.  
ISBN 80-247-0818-3
10. Křivohlavý, Konflikty mezi lidmi. Praha: Avicenum, 1973. 08-080-73
11. Langer, Mládež problémová, její typy a možnosti uplatnění. Hradec Králové: Kotva,  
1994. ISBN 80-9000254-3-9
12. Peška, Metodika řešení problémů v mezních situacích. IMS Brno, 2005
13. Příhoda, Ontogeneze lidské psychiky. Praha: Státní pedagogické nakladatelství 1983.  
14-204-83
14. Šatenková, Krizová intervence. Praha: Grada Publishing, 2004. ISBN 80-247-0586-9
15. Řehoř, Metodické pokyny pro vypracování bakalářské práce. IMS Brno, 2006.
16. Říčan, Psychologie osobnosti. Praha: Orbis, 1975. 11-033-75
17. Sairigné, Všichni draci našeho života. Praha: Najáda, 1993.
18. Smékal, Psychologie osobnosti. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1988.  
17-153-89
19. Vízdal, Základy psychologie. IMS Brno, 2004.
20. Kulhánek, <http://www.prostor.cz//pointo>, 2006.



## **Přílohy**

**Holmesova a Rahova tabulka**

| Životní události   | Stupeň traumatizace |
|--|---------------------|
| 1. Smrt partnera.....                                      | 100                 |
| 2. Rozvod.....   | 73                  |
| 3. Manželská rozluka.....                                  | 65                  |
| 4. Propuštění z vězení.....                                | 63                  |
| 5. Smrt blízkého člena rodiny.....                         | 63                  |
| 6. Vlastní nehody a nemoci.....                            | 53                  |
| 7. Svatba.....   | 50                  |
| 8. Propuštění z práce.....                                 | 47                  |
| 9. Smíření manželů.....                                    | 45                  |
| 10. Odchod do důchodu.....                                 | 45                  |
| 11. Změna zdravotního stavu člena rodiny.....              | 44                  |
| 12. Těhotenství.....                                       | 40                  |
| 13. Sexuální problémy.....                                 | 39                  |
| 14. Příchod nového člena do rodiny.....                    | 39                  |
| 15. Přivykání novému pracovišti.....                       | 39                  |
| 16. Změna finančních poměrů.....                           | 39                  |
| 17. Úmrtí blízkého přítele.....                            | 38                  |
| 18. Změna povolání.....                                    | 37                  |
| 19. Změna frekvence manželských sporů.....                 | 36                  |
| 20. Hypotéka.....  | 35                  |
| 21. Splatnost půjčky.....                                  | 31                  |
| 22. Změna odpovědnosti v zaměstnání.....                   | 30                  |
| 23. Odchod dítěte z domácnosti.....                        | 29                  |
| 24. Problémy se soudy.....                                 | 29                  |
| 25. Nedostatečná seberealizace.....                        | 28                  |
| 26. Zahájení nebo ukončení pracovního poměru partnera..... | 26                  |
| 27. Zahájení nebo ukončení školní docházky.....            | 26                  |
| 28. Změna životních podmínek.....                          | 25                  |
| 29. Revize osobních návyků.....                            | 24                  |
| 30. Problémy se šéfem.....                                 | 23                  |
| 31. Změna pracovní doby nebo pracovních podmínek.....      | 20                  |
| 32. Změna bydliště.....                                    | 20                  |
| 33. Změna školy.....                                       | 20                  |
| 34. Změna způsobu zábavy.....                              | 19                  |
| 35. Změna náboženské aktivity.....                         | 19                  |
| 36. Změna společenských zájmů.....                         | 18                  |
| 37. Půjčka.....  | 17                  |
| 38. Změna spánkového režimu.....                           | 16                  |
| 39. Změna frekvence schůzí.....                            | 16                  |
| 40. Změna stravovacího režimu.....                         | 15                  |
| 41. Prázdniny.....   | 13                  |
| 42. Vánoční svátky.....                                    | 12                  |
| 43. Menší přestupek zákona.....                            | 11                  |

## Příloha č.2

**Pomoc v řešení životní krize****Desatero první pomoci**

Snad každý z nás se už někdy dostal do situace, kterou by mohl nazvat svou „životní krizí“. Možná jsme si museli poradit sami, možná jsme měli to štěstí, že nám s tím někdo pomohl. Nemusíme být zrovna odborníky na lidskou duši, abychom se dostali do situace, kdy se na nás obrátí někdo s voláním o pomoc.

**1. Bez předsudků**

Vždy je nutné, abychom k tomu druhému přistupovali otevřeně, bez předsudků. To je velice důležité právě v kontaktu s adolescenty. Jejich zevnějšek může být zcela odlišný od našeho vkusu a jejich chování se může výrazně lišit od našich představ (a zpočátku i zkušeností) o tom, jak se chová člověk v krizi. Mohou být odmítaví, vulgární nebo agresivní, nemusí také vůbec komunikovat. Najdeme-li v přírodě poraněné zvíře a snažíme-li se ho ošetřit, může nás pěkně pokousat. Neudělá to ze zlomyslnosti, není zlé, prostě má jen velký strach. Ať tedy příchozí vypadá sebehůř a chová se úplně nemožně, je to člověk v problému, kterému někdy stačí dát jen trochu jistoty, aby odložil svou masku, jež léká potenciálního nepřítele.

**2. Dovolit si nevědět**

Čím více máme jistoty my sami, tím větší jistotu nabízíme tomu druhému. Samozřejmě si nemůžeme být jisti tím, že dokážeme vyřešit vše, o čem s námi bude ten druhý mluvit. Žádný člověk nezná správné řešení na každou situaci. O to ani ve skutečnosti nejde. My si můžeme být jisti tím, že nabídneme celou svou osobnost ke společnému hledání. Každý člověk v sobě s otázkou nosí i odpověď na naše „nevím“. Na začátku nám pomůže tuto odpověď spatřit. Není to nejistota, ale pokora k osudu druhého a ochota mu naslouchat.

**3. Najít prostor**

Dát člověku, který za mnou přijde v krizi jistotu potřebnou k tomu, aby mohl svému problému „pohlédnout do tváře“. To znamená vymezit prostor, v němž může k takovému setkání dojít. Nemusí to být zrovna pracovna s pohovkou, ale ani hospoda nebývá tím nejlepším řešením. Je dobré se dohodnout, přičemž dát přednost klidnému prostředí, kde nejsme rušeni dalšími osobami. Zrovna takové místo může ten druhý navrhnout, aby si udržel určitý odstup, ale nebývá tak těžké mu to prostě rozmluvit.

**4. Najít čas**

Nikommu, kdo za námi přijde v akutní krizi, bychom neměli odpovědět „nemám čas“. I

kdybychom měli času skutečně málo, tuto větu druhý pociťuje jako odmítnutí, nezájem. Veškerá odvaha, kterou v sobě musel k něčemu takovému najít, se rázem promění v nic. Navíc je pro něj další pokus o vyhledání pomoci ještě těžší. To musíme mít na paměti, než problém odstrčíme nebo zlehčíme, abychom ho pak mohli také odsunout. Čas poskytnutý člověku v krizi je časem skutečného setkání, které bývá často i pro náš život obohacujícím.

### **5. Nevrhát se**

K prolomení případných počátečních bariér nepomůžeme tomu druhému tím, že budeme příliš aktivní. Tak pomáháme překonat bariéry sami sobě a toho druhého jen polekáme. Pro určení způsobu, jak se k někomu přiblížit, žádné pravidlo neexistuje. Je třeba být velice citlivý a pozorný. Někdy je důležitá trpělivost, jindy je zbytečná opatrnost škodlivá. Na obou stranách je většinou hodně strachu z odmítnutí. Ten si člověk nemůže zakázat. Pomáhající by o něm měl vědět, aby ho mohl vědomě překonat.

### **6. Co se opravdu děje**

Protože v akutní krizi člověk prožívá zmatek, nerozumí přesně tomu, co se děje v něm samotném i kolem něj. Nemusí být tedy hned tak snadné dozvědět se, co se opravdu děje. Nevyzná se ve svých pocitech, které mohou být ambivalentní, neví, jak má reagovat. Je třeba se snažit v situaci rychle zorientovat a zřetelnými otázkami a zdržením se vysvětlování pomoci se zorientovat i tomu druhému. Nejdřív je nutné, abychom oba přesně věděli, o co jde. V případě, že se tomu druhému špatně mluví a neví jak začít, můžeme mu trochu pomoci, když mu řekneme, jakým dojmem na nás působí.

### **7. Nebát se pocitů**

Člověk v krizi je samozřejmě rozrušený. Může plakat, může se vztekat a ten, kdo mu chce pomoci, neměl by se ho hned od začátku snažit všemi svými prostředky zklidnit více, než je nutné k uskutečnění rozhovoru. Sdělení, která se dozvídáme, bývají silně emotivně nabitá, což se může v tomto směru během povídání zhoršit. Tím, že se ho nebudeme snažit za každou cenu udržet v klidu, mu umožníme to, čeho se sám do této chvíle bál - svou situaci si skutečně prožít. Tak se i zbaví části svého strachu a otevře se pro hledání řešení jeho krize (kterým může být i smíření se s novou situací). Když se my nebudeme bát prožít s druhým chvíle utrpení, uděláme společně velký krok dopředu.

### **8. Nespěchat s řešením**

Člověk, který za námi přichází s problémem očekává, že mu ihned nabídneme konkrétní řešení. Ta první, která se nám nabízí nebývají správná. To, co se nabízí samo, není výsledkem cesty přes daný problém, ale obvykle směrovka mimo problém. Překonávání krize se děje ve dvou stupních. Nejprve jde o zvládnutí akutního stavu, který je pro člověka nesnesitelný a

může často být i životu nebezpečný. Tady je rychlé zorientování se v situaci a první řešení zcela nutné. V prvním stupni se tedy řeší krizová situace, ve druhém až vlastní problém, který je příčinou této krize. Je dobré mít na paměti, že nestačí uvést člověka do „stabilizované polohy“, protože krize má v sobě léčebný potenciál, který je třeba využít.

### **9. Pomoc**

Ten, který přichází v akutní krizi, potřebuje pomoci v mnoha oblastech - sdílet svůj problém, na který sám nestačí, uvolnit a prožít emoce, které k tomu patří, zorientovat se ve své situaci (a získat tak první náhled), radu a pomoc při společném hledání východiska. Jde tu i o konkrétní pomoc, která je někdy nezbytná, a na kterou se často zapomíná. Nemělo by se, ale jednat o pečovatelsky pojatý přístup, protože tím jen podporujeme regresi toho druhého a jeho situaci přebíráme do svých rukou.

### **10. A co dál?**

To je ta otázka, kterou si člověk položí právě v momentě, kdy se uklidní a zjistí, že s ním sedí někdo, koho jeho starosti zajímají. Když ji nepoloží on sám, měli bychom ho k tomu dovést. Tím se otevírá možnost další práce, možnost krizi překonat, ne ji odsunout. A není to naše práce, která bude následovat, ale především práce toho druhého. Někdy však potřebuje vedení a pak se musíme dohodnout, kdo ho povede. Nejvhodnější je osoba, kterou dobře zná a má k ní důvěru. Víme-li předem, že takovou pomoc mu nemůžeme nabídnout, rozmyslíme si, jestli známe někoho, kdo by byl vhodnější. Někdy se však ukáže až během vypravování, že by naše pomoc nestačila, protože je například potřeba speciální terapie nebo hospitalizace. O tom je nutné se společně dohodnout. Při takovém rozhodování musíme umět odhadnout své schopnosti. Je mnoho těch, kteří než by si připustili to, že na něco prostě nestačí, raději pomáhají za všech okolností. Ale ať už toto rozhodnutí dopadne jakkoliv, měl by člověk, se kterým se loučíme, mít pocit alespoň nějakého dílčího řešení své situace. Mnohem lépe se mu bude počítat s budoucností. Jeho situace už není beznadějná.

Převzato z internetového zdroje – Kulhánek, 2006

Autor: Jan Kulhánek <http://www.iprostor.cz/pppinfo>

## Příloha č.3

*JMENUJI SE MICHAELA HAJTROVÁ JSEM STUDENTKOU 3.ROČNÍKU OBORU SOCIÁLNÍ PEDAGOGIKANA UNIVERZITĚ TOMÁŠE BATI VE ZLÍNĚ.*

*DOTAZNÍK, KTERÝ MÁTE PŘED SEBOU JE ANONYMNÍ! VÝSLEDKY ŠETŘENÍ BUDOU VYUŽITY KE ZKVALITNĚNÍ VÝUKY NA STŘEDNÍ ODBORNÉ ŠKOLE. PŘEDEM VÁM DĚKUJI ZA OCHOTU A ČAS, KTERÝ VĚNUJETE VYPLNĚNÍ TOHOTO DOTAZNÍKU.*

**ZAKRÍŽKUJTE ČTVEREČEK, KTERÝ VYJADŘUJE VAŠI ODPOVĚĎ NA DANOU OTÁZKU.  
( U odpovědi Jiné – požadovaný údaj napište!)**

**1) POHLAVÍ**

- MUŽ  
 ŽENA

**2) VĚK**

- 15-16 LET  
 16-17 LET  
 18-19 LET  
 VÍCE NEŽ 20 LET

**3) TYP ŠKOLY NEBO UČEBNÍHO OBORU**

- OBOR KUCHAR  
 OBOR CUKRÁŘ  
 OBOR ČÍŠNÍK  
 GYMNÁZIUM

**4) CO VÁS NEJČASTĚJI TRÁPÍ NEBO ZATĚŽUJE VE ŠKOLE NEBO NA PRACOVÍŠTI**

- .....

**5) POKUD MÁTE NA PRACOVÍŠTI NEBO VE ŠKOLE NĚJAKÝ PROBLÉM DOKÁŽETE SE SVĚŘIT UČITELI NEBO UČITELI ODBORNÉHO VÝCVIKU**

- ANO  
 NE  
 NEVÍM

**6) CO VÁS NEJČASTĚJI TRÁPÍ V BĚŽNÉM ŽIVOTĚ**

- PROBLÉMY V RODINĚ  
 PROBLÉMY VE ŠKOLE  
 PROBLÉMY S KAMARÁDY  
 JINÉ .....

**7) MYSLÍTE SI, ŽE VÍRA V BOHA MŮŽE OVLIVNIT CHOVÁNÍ ČLOVĚKA ?**

- ANO  
 SPÍŠE ANO  
 SPÍŠE NE  
 NE

**8) JAKÝ JE VÁŠ NÁZOR NA VÍRU V BOHA ?**

- .....

**9) JSTE SPOKOJEN(A) SE SVOU RODINOU?**

- ANO  
 SPÍŠE ANO  
 SPÍŠE NE  
 NE

**10) JSTE SPOKOJEN(A) S VAŠÍM VZTAHEM K PŘÍBUZNÝM A PŘÁTELŮM?**

- ANO  
 SPÍŠE ANO  
 SPÍŠE NE  
 NE

**11) JSTE SPOKOJEN(A) SE SVÝM ŽIVOTEM?**

- ANO  
 SPÍŠE ANO  
 SPÍŠE NE  
 NE

**12) KDO VÁM NEJVÍCE POMÁHÁ VE SLOŽITÝCH ŽIVOTNÍCH SITUACÍCH?**

- RODIČE  
 SOUROZENCI  
 PŘÁTELÉ  
 POMÁHÁM SI SÁM  
 JINÍ .....

**13) CO POKLÁDÁTE ZA ŽIVOTNÍ KRIZI**

- PROBLÉMY OSOBNÍ  
 PROBLÉMY V RODINĚ  
 PROBLÉMY VE VZTAHU  
 NEÚSPĚCH VE ŠKOLE (PRÁCI)  
 NEMOC  
 JINÉ .....

**14) PROŽILI JSTE NĚJAKOU ŽIVOTNÍ KRIZI ?**

- ANO  
 SPÍŠE ANO  
 SPÍŠE NE  
 NE

**15) JAKÉ JSOU VAŠE ZÁLIBY A KONÍČKY?**

- HUDBA  
 SPORT  
 PC  
 NEMÁM ŽÁDNÉ  
 JINÉ .....

## Příloha č.4

## Účast žáka oboru kuchař na gastronomické soutěži



Soutěžní výrobek





## Příloha č.5

Žákyně oboru cukrář se svou učitelkou odborného výcviku



Prezentační výrobky – slavnostní dorty



## Příloha č.6

## Míchání nápojů žáky oboru číšník a servírka



Soutěžní diplom žáků oboru číšník



## Příloha č.7

Pedagogický sbor se žáky oboru kuchař

