



Shrnutí dokument – Co jsme v projektu zjistili a co jsme se naučili?

Popis modelu řešení

Projekt Prevence kulturou (dále jen PK) se zaměřil na vytvoření efektivního nástroje prevence žáků od 5. ročníků ZŠ v oblasti duševního zdraví prostřednictvím realizace **Kreativního hraní** pod vedením proškolených umělců. Projekt se opíral o dobrou praxi ze zahraničí, kde jsou tyto aktivity ověřeny jako účinný prostředek prevence vzniku duševních onemocnění. Cílem projektu bylo přenést tuto dobrou praxi do ČR a přizpůsobit českému prostředí.

Empatický výzkum

Empatická fáze byla zahájena prakticky již při přípravě žádosti projektu do výzvy 57, kdy bylo zkoumáno zejména to, zda projekt naplňuje potřeby v oblasti prevence duševního zdraví dětí a zda školy jsou ochotny se zapojit do pilotního testování. Empatický výzkum byl realizován ve formě rozhovorů. Evaluátor zkoumal potřeby dětí z pohledu rodičů (10 rozhovorů s rodiči), potřeby dětí z pohledu školních poradenských pracovišť (5 rozhovorů se školními psychology a metodiky prevence), a dále pedagogů (2 rozhovory) a dětského lékaře. Rodiče velmi intenzivně vnímají zhoršující se prostředí, ve kterém se děti pohybují. Rodiče jak zapojených dětí do projektu, tak i nezapojených dětí shodně uvedli, že problémy s duševní nepohodou se týkají buď jejich vlastních dětí, nebo je zaznamenali v širší rodině, příp. u kamarádů svých dětí. Za největší hrozbu shodně považují sociální sítě a internet obecně, což podle jejich názoru boří sociální vazby, resp. neumožňuje navazovat nové. Oceňují jakoukoliv aktivitu, u které nebude mít dítě mobil v ruce. Zaměření aktivit na duševní zdraví dětí považují za velmi potřebné a proto kvitují, že tuto možnost jim nabídla škola jako volnočasovou aktivitu.

Školní poradenská pracoviště (zejména školní psychologové a metodici prevence), sledují nárůst problémových dětí ve školách a také růst poptávky (zakázek) dětí, rodičů a pedagogů týkající se řešení problémů v oblasti duševní pohody dětí. Děti procházejí programy primární prevence, které jsou povinné, nicméně oblast duševního zdraví do primární prevence není zahrnuta. Pracovníci ŠPP se shodují na tom, že ve většině případů je do tříd implementován preventivní program týkající se duševního zdraví až ve chvíli, kdy je indikován problém, který je potřeba v rámci třídního kolektivu řešit. Shodují se na tom, že zcela chybí dlouhodobá a intenzivní práce s dětmi v oblasti jejich duševní ne/pohody (jsou řešeny důsledky, nikoliv prevence).

Pediatři mají paradoxně v oblasti duševního zdraví málo možností, jak dětem účinně pomoci. Kapacita pediatrií je zcela naplněná, někde i přeplněná (obecně nedostatek pediatrií v ČR). Dostupnost dětských psychologů je velmi nízká (objednávací doba v řádu měsíců) a pediatriům se velmi často nedaří umístit do péče ani děti, které jsou v akutních fázích onemocnění (hrozí ublížení sobě nebo okolí, výrazné sklony k sebevraždě apod.). Pediatři se proto uchylují především k medikamentózní léčbě, a to i dětí v předškolním věku. Z pohledu pediatrií je proto jakákoliv forma pomoci velmi vítaná.

Uživatelské testování

Uživatelské testování programu Prevence kulturou proběhlo na 4 pilotních základních školách. Školy byly vybírány podle předem stanovených kritérií, aby byla otestována užitečnost programu pro různé typy škol. Do projektu se zapojila škola malá venkovská, velká sídlištní, segregovaná a sportovní.



Pozorované přínosy pro děti

- Program ukázal velký význam pro děti, které pocházejí ze **socio-ekonomicky znevýhodněného prostředí a děti s odlišným mateřským jazykem**.
- Děti měly možnost zažít situaci, která mnohdy **v rodinách absentuje**. Zažívaly chvíle, kdy si jich někdo **všímá, zajímá se o jejich emoce a pocity, mluví s nimi**. Individuální přístup lektora, který pracoval s podstatně menší skupinou dětí (cca 10 dětí), umožnil věnovat se dětem adresně.
- Rodiče dětí, které navštěvovaly kroužek vnímali **pozitivní účinky lekce/í**. Dítě bylo po lekci vyklidněné, více sdílné/povídavé, celkově lépe naladěno.
- Školní psychologové, příp. pedagogové, kteří se účastnili lekcí v roli ambasadorů měli možnost srovnat projevy dětí ve školní výuce a v navštěvovaných lekcích. Vidí **jednoznačný pozitivní dopad**, kdy děti jsou na lekcích otevřenější, sdílnější (jsou ochotny sdílet své pocity a emoce), ztrácejí ostych, budují nová kamarádství, jsou více komunikativní. Pozorovaný pozitivní dopad lze shrnout těmito slovy: DŮVĚRA, SDÍLENÍ, RADOST, KAMARÁDSTVÍ, VESELÍ, KOMUNIKACE, UVOLNĚNÍ, SMÍCH.
- Pozitivním dopadem je **zvýšení důvěry dětí ve školní psychology**, kdy společná účast na lekcích dala podnět k tomu, že podpořené děti se častěji rozhodly vyhledat individuálně školního psychologa a řešit s ním své problémy.
- Lektoři vnímali zájem dětí aktivně se zapojovat do aktivit a pozitivní naladění dětí po lekcích.
- Drtivá většina dětí vyjádřila v dotazníkovém šetření, že na lekce **chodily rády**, většinou se **těšily**, cítily se tam **bezpečně**, bavilo je to a byly **veselé**.

Vzdělávací program a spolupráce s umělci

Během prvního běhu realizace docházelo k hledání, čím pro umělce může být supervize a intervize přínosná.

Umělci se také setkali s narůstající agresivitou mezi dětmi a na intervizích a poradách jsme se vraceli ke kapitolám vzdělávacího programu, které se touto problematikou zabývaly. Zároveň jsme se obdobně, v hermeneutickém kruhu, posouvali během realizace v tématu vymezení kompetencí mezi umělcem a ambasadorem.

Považujeme to za pozitivní pohyb, který poukazuje na důležitost vzdělávacího programu a následné „péče“ o umělce v procesu realizace.

Realizace Kreativního hraní a spolupráce s dětmi

Pro realizaci jsme po dlouhých diskusích v rámci expertního týmu zvolili systém „karusel“ – střídání lektorů, a tedy i uměleckých aktivit (každý umělec měl s jednou skupinou dětí přibližně jednu lekci za měsíc). K tomuto způsobu jsme se přiklonili ze tří důvodů,

- 1) aby děti neodradilo od účasti, pokud některé z umění nepreferují.
- 2) Neměli jsme zkušenost ohledně vytváření bezpečného prostoru, ve smyslu, aby umělci nepřekračovali své kompetence směrem k „nežádoucí psychologizaci či terapeutizaci“ dětí. K čemuž by mohlo spíše docházet, pokud by po delší dobu působili v jedné skupině dětí. Také pro umělce samotné by intenzivnější kontakt mohl být v některých případech „zaplavující“.
- 3) Aktivita má napomáhat činnosti školním psychologům/pedagogům a ti se účastnili každé lekce.



V prvním bodě naše úvahy některé děti potvrzovali a jiné zase ne. Introvertnější děti inklinovali k výtvarným aktivitám. Ovšem pro některé introvertnější děti byly citlivě vedené divadelní aktivity možností si vyzkoušet něco, do čeho se obvykle nezapojují. Z tohoto hlediska vychází systém „karusel“ neutrálně.

Druhý bod rozporovali po realizaci umělci a spatřovali jej jako neefektivní v navazování vztahu s dětmi. Školní psychologové a pedagogové zůstali v tomto bodě spíše neutrální. U dětí se postoj střídá podle toho, jak si oblíbili lektora či aktivitu. Z diskusí s expertním týmem a supervizorem jsme došli k názoru, že by bylo do budoucna vhodné systému „karuselu“ spíše nevyužívat nebo jej modifikovat. Ve třetím bodu se prokázalo, že program má potenciál prohloubit důvěru dětí ve školního psychologa a také přispět psychologovi k jeho další návazné činnosti (obdobně zafungovala i přítomnost pedagoga) viz příklady ze škol níže. Školní psycholog/pedagog byl osobou, která tvořila pro děti bezpečný prostor (vždy se účastnil lekce).

Nábor

Pro první běh jsme se spolehli na interní pracovníky školy, naše ambasadory – školní psycholožky a pedagoga a pedagožku na vybraných školách. Probírali jsme s nimi možnosti náboru dětí např. ukázková lekce, návštěva zástupce projektu na třídních schůzkách. Ambasadory této nabídky nevyužili. Vyžádali si propagační plakát na nástěnku. Jedinou školou, kde se podařilo naplnit kapacitu patnácti dětí bylo na ZŠ Gen. Janouška. Na ostatních školách byla naplněnost nízká. A intenzivně jsme začali situaci komunikovat v týmu a s ambasadory.

Vyhodnocené obtíže se lišily dle typu školy

1. ZŠ Eden děti mají odpolední tréninky a jsou časově velmi vytížené.
2. ZŠ Nebošice děti z bohatých rodin mají zaplacené své kroužky. Pro naši aktivitu má škola nevýhodný rozvrh hodin. Nelze najít jeden den, kdy by případně mohly všechny děti od pátého do sedmého ročníku. Buď by musely ve škole čekat nebo se jim překrývá rozvrh.
3. ZŠ Grafická děti nejsou zvyklé pravidelně navštěvovat kroužky a nemají podporu rodinného zázemí, aby jim aktivitu připomněli.

Pro druhý běh jsme přistoupili k aktivnímu náboru a garantka projektu, Vendula Wichsová, realizovala ukázkové lekce pro děti na všech třech školách ve všech třídách od pátého do sedmého ročníku. A znovu jsme vytvářeli náborový plakát. Na ZŠ Eden a ZŠ Grafická jsme změnili na přání název na Artoviny, aby byl název pro děti méně infantilní. Na co nás upozorňovali další kolegové z řad školních psychologů a pedagogů ve školách, že etablování obdobných aktivit mimo vyučování trvá. Abychom byli trpěliví, že si to děti musí mezi sebou začít říkat. Což jiní kolegové zpochybňovali, protože se prý děti už moc o přestávkách nebaví a jsou na mobilech.

Nábor zafungoval a přihlásily se další děti.

Zkušenost z realizace ukázkových lekcí v rámci třídnických hodin

Na ZŠ Grafické byla garantce projektu, Vendule Wichsové, nabídnuta možnost vyzkoušet, nad rámec ukázkových lekcí, kreativní hraní napříč všemi ročníky druhého stupně (od pátého až po devátý ročník) v rámci třídnických hodin. Zkušenost z realizace v rámci třídnických hodin byla většinou velmi pozitivní. Dobrý efekt přinesla cvičení na propojení celého kolektivu na tělesné expresivní úrovni, a dokonce bylo možné následovat i individuální impulzy. Věnovali jsme se základní úrovni všímavosti, groundingu i dechovým cvičením



hravou formou. Každý kolektiv zvládl základní úroveň. Krok za krokem se všichni žáci dostávali „do těla“. A pak už dokázali sami tvořit bezprostřední herní situace a realizovat spontánní tvůrčí zadání.

Zpětná vazba ŠPP byla, že by tímto způsobem mohli kreativní hraní zapojit dlouhodoběji. Tato pozitivní zpětná vazba nás vede k úpravě kreativního hraní na aktivitu, kterou by lektori mohli realizovat v rámci třídnických hodin. Realizace aktivity mimo vyučování je náročná jak pro školy, tak pro rodiče a někdy i pro děti, pokud musí na program čekat několik hodin.

Realizace na čtyřech velmi odlišných typech ZŠ

Sportovní škola ZŠ Eden: Zde se do programu zapojily děti, které byly, dle informací pedagoga-ambassadora, mimo „alfa“ skupinu spolužáků sportovců. Jednalo se o děti s komplikovaným rodinným zázemím. Ač byl jejich počet nízký navštěvovaly kreativní hraní pravidelně. Ambassador aktivitu hodnotil velmi pozitivně a považoval ji právě pro tyto děti za „kotvící“ a posilující. Děti mohly zažít úspěch, který jinak příliš nezažívají. Pedagog úzce spolupracuje se školním metodikem prevence (psychologa nemají) a v rámci porad mohl upozornit na hlubší potřeby těchto dětí, které se projeví na kreativním hraní.

Sídlíštní škola ZŠ Gen. Janouška: Na této velké škole se zapojila školní psycholožka a skupinu naplnila do plného počtu patnácti dětí bezesbytku. Přihlášily se děti z různých tříd a „part“ a podařilo se, že se děti během realizace přestaly rozdělovat a skamarádily se napříč skupinou. To lze považovat za velký úspěch i dle tvrzení školní psycholožky, která tento jev sledovala při dozorech o přestávkách během vyučování.

Jednalo se hlavně o děti ze socio-ekonomicky znevýhodněných rodin, které mají řadu problémů. S některými již školní psycholožka pracovala a některým se, díky rozpoznání obtíží během kreativního hraní, začala věnovat. Psycholožka to oceňovala, neboť se jednalo o děti, které se jeví spíše jako introvertní, ale dle jejich projevu na lekcích indikovala depresivní sklony a podařilo se stav dětí stabilizovat a případně vylepšit. Z konformních reakcí, které se dle jejich měřítek jeví jako „cool“, se odvážily k autentickému a dětskému projevu. Což bylo velmi patrné na tělesné úrovni, kde docházelo ke značnému uvolnění psychofyzického napětí a prohlubování důvěry ve skupinu. V prvním běhu se lekcí účastnil chlapec v autistickém spektru, což bylo pro lektory náročnější i vzhledem k velikosti skupiny.

Menší škola ZŠ Nebušice: Škola, na kterou dochází větší část dětí z velmi bohatých rodin, ale také děti z velmi komplikovaného socio-ekonomického prostředí. Lekcí se účastnily hlavně děti, se kterými již školní psycholožka dříve pracovala. Jednalo se o děti spíše ze znevýhodněného prostředí. Děti velmi uzavřené. Zde měl úspěch výtvarný program. Pro ostatní lektory byla situace komplikovanější. V druhém běhu se přihlásili tři noví účastníci, dle školní psycholožky „známá partička“, která bohužel převládala introvertní děti a narušila bezpečné prostředí skupiny natolik, že se skupina rozpadla. Snažili jsme se hledat se školní psycholožkou nějaké řešení, ale bohužel vzhledem ke skladbě rozvrhu a času, kdy druhý běh byl už téměř ve své polovině, se nám už nepodařilo nalézt náhradní řešení.

Škola, která je navštěvovaná z velké části dětmi s odlišným mateřským jazykem (dále OMJ) a z minorit ZŠ Grafická: Kreativní hraní navštěvovaly hlavně děti s OMJ. Zde jsme nejvýrazněji zaznamenali pozitivní potenciál kreativního hraní pro děti. Děti v průběhu realizace v kurzu přibývalo. Většina dětí se do školy musela na kreativní hraní vracet, protože



jim skončilo vyučování o dvě nebo tři hodiny dříve. Což nám děti řekly ke konci druhého běhu. Metodik prevence se o programu Prevence kulturou vyjadřoval pozitivně. Byla dle jeho názoru přiléhavá věku i možnostem dětí a přál by si dál spolupracovat. U dětí navštěvujících kreativní hraní vnímal pozitivní efekt směrem k jejich k bezstarostnosti, hravosti a uvolněnosti. V rámci této skupiny jsme dětem opakovali, že se mohou vyjadřovat ve svém mateřském jazyce. Pro děti OMJ je enormně vyčerpávající neustále „překládat“ do cizího jazyka. Přáli jsme si jim umožnit, aby se mohly cítit svobodně a tvořit s lehkostí. Extrovertní děti strhly k akci děti introvertní. Školní třída se proměňovala lusknutím prstu na kosmickou loď, vědeckou laboratoř, cirkus. Mezi dětmi nebyly rozdíly, kdo je odkud nebo jak mluví nebo vypadá. Našly zdroj radosti. Prohlubovala se zde sounáležitost a pospolitost.

Zpětná vazba k programu Prevence kulturou jako celku

- Systém/program PK jako prokázal svou **funkčnost**, pilotní ověření ukázalo na potřebu pouze **dílčích úprav**.
- Projevil se **zájem škol** účastnit se tohoto programu (všechny školy, které byly osloveny ke spolupráci se bez většího váhání zapojily).
- Ukázal se **velmi pozitivní přístup pracovníků školních poradenských pracovišť** a jejich dílčí zapojení v realizaci programu ve škole.
- **Velmi dobrá zpětná vazba od rodičů** zapojených dětí.
- Zaznamenán **velký zájem** o projekt z **externího prostředí**.

Další pokračování

Jak již bylo zmíněno výše, objevilo se množství doporučení pro další pokračování projektu, a to jak systémového charakteru, tak organizačně-technického. V rámci projektu probíhala intenzivní advokační činnost, a to jak na mezinárodní, tak národní úrovni. Viditelným výsledkem této činnosti byla konference k projektu, kde se panelů účastnili jednak zástupci WHO, dánského partnera a zástupkyně Evropské komise, vedoucí evropské platformy Culture for Health, ale také vysocí státní úředníci MK, MPSV, MŠMT a MZe, což jsou zásadní hráči pro implementaci systémových změn. Společně byly hledány způsoby, jak prevenci kulturou zajistit pro co nejvíce dětí, ideálně jako součást povinné prevence. Z konference vyplynuly konkrétní úkoly, o jejichž zasazení do praxe se bude dále komunikovat na mezirezortní úrovni.