

## POSUDEK OPONENTA

**Program: „Chci obstát v životě“**

**Autorka programu: Ing. Mgr. Marie Nováková**

---

Úvodem bych chtěla říci, že program „Chci obstát v životě“ si klade nemalé cíle. Je určen dospívajícím, kteří prožili dětství ve „ztížených podmínkách“ (opuštění biologickou rodinou a přechod do náhradní rodinné péče, život v sociálně vyloučených lokalitách apod.) a mají problémy porozumět jak sami sobě, tak okolnímu světu. Jedná se o dospívající, kteří mohou mít potíže v komunikaci s ostatními, kteří špatně zvládají návaly silných emocí, kteří mohou mít problémy s respektováním hranic a limitů či podřízením se autoritě dospělého. Cílem programu je podpořit je v nalezení sebe samého, v porozumění toho „kým jsem“, podpořit jejich sebevědomí, korigovat jejich mnohdy negativní sebeobraz a rozvíjet schopnosti komunikace s ostatními, především z ohledem na strategie řešení problémových situací a konfliktů.

Vzhledem k poruchám chování, které tyto děti často vykazují a jejich nedůvěře k dospělým, která vyplývá z předchozích špatných životních zkušeností, není vůbec lehké udržet si jejich pozornost, získat je pro spolupráci a vytvořit takový pocit bezpečí a vzájemné důvěry, ve kterém by byli ochotní otevřít se a sdílet své pocity, prožitky a názory či zamyslet se nad názory někoho jiného.

Z programu je cítit, že jeho autorka, Ing. Mgr. Marie Nováková, má s cílovou skupinou velké zkušenosti a manuál, který připravila, zohledňuje všechna její specifika. Manuál obsahuje velké bohatství různých prožitkových aktivit, střídá hry pomalé a rychlé, hry v místnosti i hry venku.

Program nabízí dlouhodobé provázení (po dobu 3 let), přičemž jednotlivé schůzky na sebe navazují, témata se opakují a každým dalším rokem jsou probírána do větší hloubky. Na konci jednotlivých setkání děti dostávají drobné dárky symbolického charakteru (kamínek, figurku zvířátka apod.), která pomáhají v udržení kontinuity.

Střídají se setkání jednodenní (2x do roka), víkendové výjezdy (1x ročně) a setkání individuální (1x ve druhém roce a 1x ve třetím roce programu), kterých mají možnost zúčastnit se i rodiče dětí, tj. setkání jsou celkově ve frekvenci 1x za cca 3 měsíce. Program je určen pro malou uzavřenou skupinu dospívajících (cca 10- 12 osob, ideálně vyrovnaný počet chlapců a dívek). Velký důraz je kladen na vytvoření atmosféry bezpečí, díky které se dospívající nemusí bát cokoli říci, tak aby rostla soudržnost skupiny, ubývalo kritiky a rostla spolupráce a vzájemné oceňování.

Program klade velké nároky na lektory (pro jednodenní setkání je počítáno se dvěma lektory a na víkendových setkáních se třemi lektory, kvůli nutnosti nočních služeb), kteří potřebují nejen dobrou znalost cílové skupiny, ale musí být i osobnostně a emocionálně vyrovnaní a vyzrálí, aby byli schopni čelit mnoha výzvam, které tato práce nutně přináší. Musí zvládnout zachovat si „chladnou hlavu“ i v náročnějších situacích, udržet bezpečí ve skupině a nesmí si dovolit, aby je ovládl strach či zloba.

V prvním roce programu je důraz kladen na vytvoření skupiny a vzájemné poznání se. Témata se věnují komunikaci verbální i neverbální („Já a moje parta“) a poznání sebe samého („Já a moje radosti a starosti“ + „Být osobností“).

Ve druhém roce se na daných tématech pracuje více do hloubky („Čas jen pro mě“ + „Moc slov“ - pojmenování a řešení problémů či konfliktů v komunikaci, schopnost navazovat vzájemně uspokojivé vztahy + „Nikdy to nevzdám“ - nikdy se nevzdávat a hledat další cesty pro vzájemnou komunikaci) V tomto roce je nově včleněna i možnost dobrovolného individuálního setkání (možná je i účast rodičů). Jeho tématem je „Moje cesta“, tj. kým jsem a kam směřuji - stanovení cílů a nalezení způsobů, jak jich dosáhnout.

Třetí rok je vlastním vyvrcholením programu. Témata se dále prohlubují („Čas jen pro mě“ - kým jsem, jaké jsou mé přednosti a slabosti, jaké plním role, jaký jsem ve skutečnosti, jaké jsou moje skutečné názory + „Já a ti druzí“ - vztahy mezi lidmi obecně, vztahy v rodině i s vrstevníky, řešení konfliktů). Individuální setkání je v tomto roce věnováno tvorbě „Osobního erbu“.

Celý program je završen posledním výjezdem („Mám život“), který je věnován tomu, co se dospívající naučili, co si nově uvědomili, v čem se změnil jejich pohled na sebe i na druhé apod., přičemž na tomto výjezdu dostávají účastníci i symbolický „Balíček na další cestu“.

Součástí metodiky je i zhodnocení zkušeností, které lektoři udělali v průběhu jednotlivých setkání a rozbor jejich úspěchů i neúspěchů.

Z metodiky je znát velká osobní zkušenost lektorky. Věřím, že program tak, jak je navržen, dospívající nejen zaujme, ale i udrží jejich pozornost po celou dobu svého konání. Jednotlivé aktivity jsou zajímavé, program se opírá o prožitkové hry, které dospívající lehce vtáhnou do následné diskuse o nově nabytých zkušenostech. Probírané otázky jsou aktuální, vycházejí ze základního tématu dospívání, kterým je hledání vlastní identity. Důraz je kladen na bezpečí a důvěru ve skupině, otevřenost a vzájemné sdílení. Je možné, že pro mnohé dospívající to bude poprvé, kdy mohou s dospělými beze strachu hovořit o svých názorech a postojích.

Je zřejmé, že program vyžaduje velké osobní nasazení ze strany lektorů, kteří nabízejí dětem to nejcennější co mají – osobní vztah plný zájmu a přijetí. Pokud chtějí děti vtáhnout do programu, oni sami musí jako první „jít se svou kůží na trh“. Možná by stálo za zvážení, zda jim nenabídnout během programu supervizní podporu. Také bych doporučovala navýšit počet dospělých při víkendových pobytech, kde je vedle celodenního programu nutné zajistit i noční dozor a nároky na lektory se tak ještě zvyšují.

Závěrem bych chtěla říci, program „Chci obstát v životě“ může dětem přinést mnoho užitečného a považovala bych za dobré, kdyby se mohl stát součástí běžné nabídky organizací, které pracují s danou cílovou skupinou, například organizací provázejících pěstounské rodiny.

V Praze dne 30. 10. 2019

PhDr. Jana Kovařovicová



**Attachmentové centrum ATTA, z.s.**  
Rohenská 85/6  
Koloděje, 190 16 Praha  
IČO 06475094

