

Doporučení pro školní poradní kruhy v čase globální pandemie

Joe Provisor, Circle Ways

Koronavirus se šíří prostřednictvím kontaktu a blízkosti s druhými lidmi. To nás staví před paradox: právě nyní, kdy se obáváme fyzického kontaktu, je lidská blízkost tím, co nejvíce potřebujeme.

Ve zprávách z Itálie, kde téměř všichni zůstávají v povinné karanténě, zaznělo, že „telefonát je stejně dobrý jako objetí“. Díky virtuálním kruhům můžeme zůstat v bezpečí a zároveň ve smysluplném spojení s druhými lidmi.

Naše organizace Circle Ways pořádá taková virtuální setkávání s účastníky z různých koutů světa již několik let. I tady, v Los Angeles, může pouhá cesta přes město znamenat překážku, aby se lidé setkali. A protože mnoho škol v tomto čase přechází na online výuku, chceme vám připomenout, že se nemusíte praxe poradních kruhů, ať už pro sociálně-emocionální učení, nebo pro práci s informacemi, vzdávat jen proto, že studenti nemohou do školy osobně přijít.

Diagram, který vidíte níže, pochází z jednoho nedávného virtuálního poradního kruhu, který jsme realizovali skrze platformu Zoom. „Dětský oheň“ uprostřed diagramu odkazuje k domorodé moudrosti původních obyvatel. Ta nám připomíná, abychom dělali všechna rozhodnutí s vědomím jejich možných dopadů na děti – na dalších sedm generací. Proto říkáme dospělým: „Ať jsou děti vždy ve středu našich kruhů.“



Způsob, jak uspořádat virtuální poradní kruh, je vcelku jednoduchý. Pošleme zúčastněným podobné kruhové schéma, v němž budou jména všech lidí, kteří se setkání účastní (v našem případě je tam i informace, odkud pocházejí). Kruh otevřeme pro nás obvyklým způsobem (zvonkem, tlesknutím rukou, zapálením svíčky, věnováním apod.). Po zahájení může kdokoli začít úvodní kolečko (tzv. *check-in* je věnovaný momentální náladě, informaci, odkud a s čím přicházíme), vyprávět příběh nebo sdílet myšlenky na předem určené téma. Virtuální „mluvící předmět“ pak putuje po směru hodinových ručiček od člověka k člověku podle pořadí jmen na diagramu. Sdílení každý ukončí větou: „Předávám mluvící předmět ____ (jméno dalšího člověka, který je na řadě).“ Účastníci se také mohou rozhodnout v danou chvíli nesdílet nic a předat předmět a slovo dalšímu v kruhu.

Po kolečku, které proběhne *základní formou* (mluvící předmět obchází celý kruh), můžeme využít formu *sítě*. Kdokoli by chtěl k řečenému ještě něco dodat, zahajuje sdílení slovy: „Beru si mluvící předmět.“ Pokračujeme sdílením a vrácením předmětu do pomyslného středu, aby si jej mohl vzít někdo další. Když je sdílení u konce, můžeme se v následujících krocích vrátit opět k *základní formě*. Při *svědectví* každý účastník sdílí to, co v něm zůstává živé z výpovědi jiného člověka. Následuje tzv. *sklizení moudrosti kruhu*¹, při kterém si uvědomujeme, jaké poučení nám vyprávěné příběhy nabízejí. A při závěrečném kolečku (*check-out*) zaznívá, co si z kruhu odnášíme.

Kruhy zaměřené na COVID-19

Následující doporučení můžete využít v online poradních kruzích se svojí třídou. Stejně tak mohou posloužit při práci s velkými skupinami v posluchárnách nebo přeplněných třídách, kde není možné uspořádat židle do kruhu.

Mladší děti (4–8 let)²

Při práci s nejmladšími dětmi se vždy přizpůsobujeme jejich potřebám. Pokud je slyšíme mluvit o viru či o lidech, kteří onemocněli, doporučujeme takové poradní kruhy, ve kterých se zaměříme na to, že všichni čas od času onemocníme, ale že také máme úžasnou schopnost se zotavit a vyléčit! Pokud jsou děti doma, mohou se účastnit také jejich rodiče (nikoli aby jim radili, ale aby vyprávěli svůj vlastní příběh, vhodně zvolený s ohledem na věk dětí a další okolnosti).

Na úvod stačí zmínit, že je slyšíte mluvit o viru a že někteří lidé mohou mít strach, že se nakazí. Zeptejte se, kolik z nich někdy onemocnělo a muselo místo školy zůstat doma v posteli. Všechny ruce by měly vyletět vzhůru.

Úvodní námět pro sdílení v kruhu může vypadat třeba takto: *Povězte nám o době, kdy jste onemocněli nebo jste se zranili. Může to být příběh, ve kterém jste se nachladili a možná šli k doktorovi nebo do nemocnice. Může to být i příběh o tom, jak jste upadli a potřebovali třeba náplast nebo nějakou jinou pomoc.*

Tato vyprávění (i když jsou v tomto věku často fantaziemi) mají blahodárný účinek. Už to, že jsme schopni je vyprávět, znamená, že jsme se uzdravili. A protože nasloucháme podobným příběhům druhých lidí, víme, že v tom nejsme sami. Můžeme jim říkat

¹ V originálu je použito v angličtině běžně používané slovní spojení „harvesting the wisdom of the circle“.

² Uvedené věkové kategorie vycházejí z původního materiálu, který odpovídá vzdělávacímu systému v Kalifornii. Vhodnost zařazení navrhovaných postupů samozřejmě vždy záleží na dané skupině, se kterou pracujete.

„bolístkové příběhy“. Jsou důležité, protože v našich nejmenších pěstují odolnost. V dalším kole se můžeme zeptat: *Jak jste se uzdravili?*

Protože pocítovaný strach často vychází z pocitu bezmoci a z přesvědčení, že nad situací nemáme kontrolu, je důležité, aby si děti uvědomily, jak mohou zůstat zdravé a předcházet nemocem. Tento přístup sice nenahrazuje předávání užitečných informací o umývání rukou, nedotýkání se obličeje či udržování odstupu od nemocných, ale probudí naše „vnitřní těžiště řízení“³. To je klíčové pro jakoukoli změnu chování. Radami bychom proto neměli začínat. Zpočátku potřebujeme vytvořit základy, díky kterým mohou být naše rady přijaty. Abychom takové základy v kruhu vytvořili, můžeme se ptát: *Co vám pomáhá, abyste se udrželi zdraví?* Po kolečku sdílení můžeme dát prostor pro svědectví, co zaznělo a co víme, že pomáhá. Je také možné dodat cokoli, co by chybělo.

Je důležité nezveličovat strach, o kterém děti mluví, ale stejně důležité je dát jim příležitost, aby jej vyjádřily. Ke konci uzavíráme sdílením záměrů – děti mohou říct jednu věc, kterou udělají. Jeden zvládnutelný a krátkodobý cíl, který jim pomůže, aby zůstaly zdravé. Námětem pro toto kolo může být: *Co můžete slíbit, že dnes uděláte, abyste zůstali zdraví vy i lidé okolo vás?* Poradní kruh můžete zakončit například společným pokřikem: *Pojďme na to!*

Starší děti (8–10 let)

Žáci mezi 8 až 10 lety si už všímají informací, které proudí ze zpráv a sociálních sítí. Tyto informace se pravděpodobně budou objevovat i v tom, co s ostatními sdílejí. Proto je dobré ptát se na informace, které se k nim dostávají: *Co jste slyšeli o koronaviru a kde jste se o tom doslechli?* Stejně tak jako u dospělých je i u dětí pravděpodobné, že se potkají i s dezinformacemi a mylnými zprávami. Při facilitování není na místě opravovat mluvčí během jejich sdílení. Raději můžeme využít okamžiku, kdy dostaneme slovo, a reflektovat, co jsme slyšeli – včetně toho, co si myslíme, že mohou být nepřesné informace. To je samozřejmě třeba dělat takovým způsobem, aby to nebylo ponižující pro žáky, kteří dezinformace sdíleli.

Žáky v tomto věku učíme přijímat odpovědnost za stanovování a dosahování vlastních záměrů. Po kolečku, v němž pojmenováváme své záměry, vyzvěte ostatní ke sdílení jedné myšlenky či nápadu, který slyšeli od někoho jiného a který by sami byli schopni realizovat. Sdílení těchto záměrů v okamžiku, kdy dětem někdo naslouchá se zvýšenou pozorností, jim usnadní jejich zapamatování a podpoří je v jejich naplňování.

Užitečnou pomůckou pro proces plánování (např. pro zdravý životní styl) může být pomůcka SMART. Závazky by měly být specifické, měřitelné, adekvátní, relevantní a časově ohraničené.

Pokud můžete, sepište záměry, které žáci uvedli, a seznam jim rozdejte. Až se znovu potkáte v třídním kruhu, nabídněte úvodní kolečko ke sdílení toho, co se událo – jak se jim dařilo držet se záměrů z minulého setkání. Zdůrazňujte, že není třeba cítit se zahanbeně či provinile, pokud záměr nedodrželi. Je to příležitost podívat se na možné překážky a přeformulovat záměr tak, aby byl uskutečnitelný. (Můžete také nahlédnout do vědecké studie, která zkoumá význam poradních kruhů při dodržování rozhodnutí a záměrů mládeže v oblasti životního stylu. Studie je výsledkem tříletého projektu ve spolupráci s USC Keck Medical School a [najdete ji zde](#)).

Děti v tomto věku mohou také začít pracovat se sekundárními zdroji z knih, článků a příběhů. Nutno podotknout, že tyto zdroje nabízíme až poté, co žáci v kruhu dokončí sdílení informací a vlastních zkušeností z primárních zdrojů.

³ Zde autor odkazuje na tzv. „internal locus of control“ – pojem používaný v sociální psychologii. Označuje, do jaké míry jsme jako jednotlivci přesvědčeni o tom, že jsme schopni řídit a ovládat výsledky svého konání.

Pokud pracujete s příběhem, mýtem, pohádkou či básní, která vypráví o uzdravení, můžete vést poradní kruh podle následujícího postupu:

1. Báseň nebo příběh přečtete jednou či dvakrát nahlas.
2. Řekněte žákům, aby naslouchali pouze tomu, co je zaujme, zkrátka co je cvrkně do nosu. Může to být slovo, fráze nebo obraz. (Nesnaží se tak zjistit, co může příběh „znamenat“). Použitím takto jednoduchých instrukcí zmírníme efekt tzv. „emočního filtru“ a vyhneme se kognitivní zátěži, která žáky vede k tomu, aby podávali „výkon“ tím, že příběh interpretují.
3. Zahajte kruh a udělejte rychlé kolečko, ve kterém děti pojmenují pouze to slovo, frázi, obraz, postavu či moment, který je zaujal. To nazýváme rychlým kolečkem.
4. Pak následuje kolečko příběhů. Vyzvěte žáky, aby povídali o své zkušenosti, jež se nějak vztahuje ke slovu či momentu, který si vybrali. Například pokud se v příběhu mluvilo o deštivém dni a zaujalo je to, můžou mluvit o vzpomínce na den, kdy pršelo. Jestliže se v příběhu někdo zmínil o kamarádovi, mohou říci jakýkoli příběh, který je napadne, o zážitku, který prožili s kamarádem.
5. Po kolečku příběhů udělejte kolečko svědectví.
6. Přečtete příběh znovu. Nyní žáci nebudou naslouchat jen tomu, co se vztahuje k jejich zkušenosti, ale i souvislostem, které v něm našli jejich spolužáci. (Tuto instrukci nemusíte zadávat, prostě se to stane). Takto pro ně příběh skutečně ožije!
7. Moudrost kruhu můžete vytěžit otázkou: *Co můžete říct o tomto příběhu teď, když jste slyšeli všechna propojení a souvislosti, které sdíleli ostatní spolužáci?*
8. Kruh zakončete.

Děti od 10 let a dospělí

Všechny podněty zmíněné výše jsou užitečné i pro starší studenty. I my dospělí si rádi vyprávíme příběhy o zraněních a uzdravení. V tomto věku mladí lidé pravděpodobně nasávají více informací ze sociálních sítí a internetu, a proto je požádejte, aby při sdílení toho, co vědí, uváděli i zdroje informací.

Je klíčové zařadit kolečko, při němž budou mít studenti možnost sdílet, jak se cítí a co si o těchto informacích myslí. Proces nastavování záměrů, který jsme popsali výše, je užitečný pro jakýkoli věk. Vědecká studie USC-Circle Ways, o které jsme se již zmínili, se zaměřovala právě na studenty ve středoškolském věku, kteří jsou ohroženi nemocemi spojenými s obezitou.

Mýty, příběhy a básně jsou stejně silné a užitečné i pro starší studenty (a dospělé), protože přinášejí obecné vzorce (archetypy) související s léčením a odolností a protože nás propojují s lidskou zkušeností, která díky příběhům přetrvává po dlouhé věky. Příkladem může být mýtus o Asklépiovi, smrtelném a zároveň nehynoucím léčiteli, či biblický příběh z knihy Jób.

Lze najít mnoho básní, které pojednávají o nemoci, léčbě a odolnosti. Dalo by se říci, že jakákoli báseň, bez ohledu na to, jak je temná, je důkazem o lidské odolnosti. Už když básník nebo malíř vezme do ruky pero či štětec, aby zachytil ztrátu, strach či bezmoc, je to svědectví o odolnosti lidského ducha.

Vytvoříme-li společný základ sdílením osobní zkušenosti (jak jsme se již zmínili u příkladu s mladšími dětmi), můžeme studentům nabídnout další zdroje informací (historické a současné). A z práce se sekundárními zdroji pak mohou vzejít další kruhy.

Kontext pro současnou situaci mohou poskytnout informace o epidemiích proběhlých v minulosti ([graficky zpracované např. zde](#) – v angličtině). Studenty můžeme také nasměrovat k informačním zdrojům vztahujícím se k současné situaci ([najdete je např. zde](#)). Poté, co informace zpracují, můžeme použít stejný postup poradních kruhů jako při práci s příběhy a básněmi. Zeptejte se: *Co z informací o historii epidemií (či o současné pandemii) vás oslovilo?* Poté pokračujte s jejich vlastními asociacemi, myšlenkami a pocity. Pokud v poradních kruzích pracujeme s informačními zdroji, mějme na paměti, že smyslem není testovat znalosti, ale spíše zkoumat, jak se nás informace osobně dotýkají.

Učitelky a učitelé, děkujeme vám za všechno, co děláte. Nic není v těchto časech důležitější než pečovat o děti a o sebe navzájem. V tomto duchu zde necháváme zaznít báseň od Rúmiho⁴, jež přežila sedm století a je podporou i v těchto časech.

Dům pro hosty Rúmi

Tohle lidské bytí je jako dům pro hosty.

Každé ráno přijede někdo nový.

*Radost, deprese, mrzkost,
a někdy, jako nečekaný návštěvník,
přijde chvilka vědomí.*

*Vítej je a všechny bav!
I kdyby to byl celý zástup strastí,
které se tvým domem divoce proženou
a zbaví je všeho nábytku,*

i přesto jedné s každým hostem uctivě.

*Možná u tebe uklízí,
aby mohla přijít nějaká nová radost.*

*Temné myšlení, hanba, zášť,
se smíchem je přijmi u dveří
a pozvi je dál.*

*Buď vděčný za všechny, kdo přijdou,
protože každý byl vyslán
jako průvodce z druhé strany.*

Se svolením a podporou autora přeložilo a komentáři doplnilo NaZemi v březnu 2020.

Originál *Recommendations for School Circles in a Time of Global Pandemic* je k dispozici [zde](#).

Více informací o autorovi a poradních kruzích najdete na webu organizace [Circle Ways](#).

Za konzultace a editaci textu děkujeme Evě Dittingerové.

⁴ Perský básník, právník, teolog a učitel sufismu ze 13. století. Překlad básně je převzatý z knihy *Jóga srdce, posvátný svazek jógy a mysticismu* od Andrew Harveyho a Karuny Erickson.