

# KATEGORIE „ZDRAVÝ VZTAH“ JAKO VÝCHODISKO KULTIVACE VZTAHŮ MEZI ŽÁKY

---

Jaroslav ŘEZÁČ

**Souhrn:** *Práce se zabývá pojetím pojmu „zdravý vztah“ u učitelů v kontextu kultivace a rozvíjení zdravých vztahů mezi žáky daným Rámcovým vzdělávacím programem pro ZŠ (2000). Referát vychází ze dvou zdrojů šetření – dotazníku zaměřeného na pojetí pojmu zdravý vztah v souvislosti s podmínkami ovlivňujícími proces jeho utváření a jeho základních atributů (N=350) a z analýzy esejů na téma „Zdravý vztah“ zpracovaných učiteli z praxe.*

**Klíčová slova:** *interakce, sociální klima, zdravý vztah, atributy zdravého vztahu, mentální reprezentace, percepční paradigma, kognitivní mapa, význam a smysl.*

## Úvodem

Téměř všechny úvahy o „*zdravých vztazích*“ vycházejí tak či onak ze skutečnosti, že v interakcích se utvářejí sociální rysy osobnosti a také postoje k sobě a ostatním lidem. Od „*zdravých vztahů*“ tedy *očekáváme*, že budou *prostředkem* či přinejmenším jedním z *vlivů*, které *facilitují* procesy udržování či znovunabytí duševního i fyzického zdraví.

Hledání obsahu pojmu *zdravý vztah* má tedy přinejmenším z hlediska praktického svůj význam. Naznačili jsme již dříve hlavní obrysy tohoto problému.<sup>1</sup>

Následující vstupní teoretické úvahy jsou vedeny našim perspektivním cílem, kterým je využití získaných poznatků k připravované koncepci tzv. *interakčních cvičení* orientovaných na připravenost budoucího učitele k utváření zdravých vztahů ve všech úrovních interakcí školního prostředí jako součástí jeho psychologické profesní kompetence.

Při takto naznačeném problému lze zatím v obecné rovině vymezit následující *hlediska* umožňující strukturovat pohled na vztahy v kontextu zdraví jedince i society:

---

<sup>1</sup> ŘEZÁČ, J. Zdravý vztah – hledisko sociálněpsychologické. In ŘEHULKA, E. (ed.) *School and health 21. Škola a zdraví 21*. Vvol.1. Brno: Paido, 2006, s. 311–320.

**Hledisko axiologické** (hodnotové) vztah jako subjektivní a objektivní hodnota. Právě axiologický pohled na interakci jí dává smysl. Vědomí **významu** a **smyslu** vztahu je pro kultivovaný individuální sebezvoje nezastupitelné. Mezosobní vztah je z tohoto hlediska zároveň procesem **výměny hodnot**. Odlišnost či specifická individualit hodnotových žebříčků je příležitostí k optimalizaci, restrukturalizaci hodnotových systémů jednotlivců. V komparaci s (žádoucími) společensko-kulturními systémy hodnot můžeme vztahy posuzovat z hlediska jejich **hodnotnosti**,<sup>2</sup> **vyspělosti**, **stupně zralosti**<sup>3</sup> apod.

**Hledisko formativní** – vztah jako (pozitivní) socializační faktor. *Vzájemný vztah* je spolu se *společnou činností* (aktivitou) oním silovým polem, v němž se materializují endogenní dispozice do podoby vnitřních sociálních **vlastností**, **rysů** a zároveň se z něj generují, optimalizují a stabilizují nadindividuální atributy vztahu, které obvykle vyjadřuje pojem *povaha (forma) vztahu*.

**Hledisko emocionální** – vztah jako prožitek. Vztah, či vztahy (silová pole kontaktů), excitace či inhibice psychických dějů, a všechny další vnitřní proměny jež se v důsledků vztažnosti realizují jsou intenzivně prožívány. Nová definice zdraví se jak známo odlišuje od předchozího pojetí zdraví (jako absence nemoci) právě akcentem na prožitkovou sféru (stav pohody). Hledisko zahrnuje dvě úrovně pohledu: zdraví jako **stav pohody** a zdraví jako **prožívání vztažnosti** k druhému v jeho etických, estetických a mravních dimenzích. Prožívání (a uvědomování si) prožitků označovaných nejčastěji jako vyšší city přináší prožitky uvolnění, opory, bezpečí, zakotvenosti, klidu, relaxace ap. a znamená zároveň i šanci pro kultivaci sociálních a intelektuálních citů.

**Hledisko zdraví** – mezilidské vztahy jako faktor zpevňující, či navozující zdraví (zdravý životní styl) – z naznačeného pohledu je toto hledisko syntézou a integrací předchozích pohledů.

## Vztah – interakce

Interakce bývá nejčastěji chápána jako **transakce** (směna, výměna hodnot, dat, prožitků, významů atp.), **gratifikace** (s akcentem na výměnu způsobů odměňování, uspokojování) či jako **vzájemné řízení** (vedení, ovlivňování,) apod. Společný je pro všechna pojetí fakt, že jde o obaplný, vzájemný, propojený kontakt, který v identifikovatelných parametrech proměňuje objekty, které se na něm účastní.

Sociologický pohled chápe pojem *sociální interakce* spíše procesuálně. Klade do popředí „**aktuální proces**“, zatímco pojmem *sociální vztahy* označuje spíše „**stabilizované, regulující**, v reprodukci se opakující **strukturní prvky**“<sup>4</sup>. Je to zajímavá myšlenka, která vztahuje interakci k dění skupiny a vztahy spíše k sociálnímu útvaru, ke strukturaci skupiny. Odlišuje se tak „**děně**“, *forma kontaktu* od specifického vlivu *silového pole* dalších kontaktů, v jehož kontextu (prostředí) se vztahy odehrávají.

<sup>2</sup> Tj. ve vztahu k hodnoticím kritériím sociokulturního vztažného systému.

<sup>3</sup> Tj. ve vztahu k individuálním hierarchiím hodnot a celkové mravní stránce osobnosti.

<sup>4</sup> MAŘÍKOVÁ, H., PETRUSEK, M., VODÁKOVÁ, A. (kol.). *Velký sociologický slovník*. Praha: Univerzita Karlova. Karolinum 1996, s. 440.

Podnětná je v této souvislosti též myšlenka J. Janouška: „... vždy je pro interakci charakteristické to, že zapojuje jedince v širší či užší sociální strukturu, která jedince přesahuje.“ Povaha interakcí a normativní systém, který reguluje jejich průběh jsou vždy determinovány sociokulturními specifiky konkrétní situace a zároveň umožňují pronikání jedince či malých skupin do makroprostředí.

Jak už jsme poznamenali dříve vycházíme z pojetí, jež chápe interakci jako oboplný kontakt určitých prvků (objektů) v rámci relativně přesně definovaného sociokulturního systému realizující se jako *společné aktivity* a *vzájemné vztahy*. V tomto smyslu se (mezilidský) vztah jeví jako pojem užší, specifitější a méně obecný než pojem interakce.

Cvičné interakce obvykle vycházejí ze známého faktu, že kvalitní mezilidské vztahy akcelerují a facilitují společné aktivity a zvyšují jejich efektivitu. Méně se využívá skutečnosti, že též povaha společných aktivit (koexistence, koordinace, kooperace), která se do značné míry odvíjí ze struktury modelové problémové situace iniciuje a zpevňuje vznik žádoucích typů meziosobních vztahů.

Zkušenost z již realizovaných interakčních cvičení<sup>5</sup> naznačuje, že promyšlená konstrukce skupinových aktivit (her, modelových problémových situací apod.) či promyšlená behaviorální stránka aktivit včetně dokonale zpětné vazby<sup>6</sup> vede k produktivnějšímu sociálnímu učení, než přímé navozování atmosféry stavící často spíše na prestiži či sociální atraktivitě facilitátora nebo atraktivitě tématu.

## Vztah – klima (atmosféra)

Velmi často je pojem *zdravé vztahy* chápán (zvláště v populárnějších pramenech) jako synonymum *dobrého, žádoucího* či *adekvátního* „zdravého“ klimatu.

Vztah (ať už jakékoliv valence) má však člověk také vůči sobě samému, bezprostřední vzájemné vztahy navazuje s lidmi ve svém nejbližším sociálním prostředí a (hodnotící) vztahy zaujímá i vůči lidem a objektům bez intimní psychologické vazby. Konec konců člověk se zdravým vztahem k sobě je schopen dobře a dlouhodobě obstát i ve skupinách, v nichž je sociální klima nežádoucí.

Respektujeme následující vymezení, podle něhož je sociální klima: „*sociologický a sociálně psychologický pojem vyjadřující kvalitu **interpersonálních vztahů** a **součinnosti lidí** v rámci konkrétní společenské skupiny.*“ (srov. Maříková, Petrusek, Vodáková a kol. 1996: 490).

Prožitkovou rovinu akcentuje a v tomto smyslu doplňuje předchozí definici vymezení T. Kollárika podle něhož pojem sociální klima vyjadřuje „*relativně stabilní a **emocionální naladěnost**, ve které se spojují nálady lidí, jejich duševní prožívání, vztahy jednoho k druhému, k práci, k obklopujícím událostem.*“ (Kollárik, 1990: 501).

<sup>5</sup> ŘEZÁČ, J. Možnosti kultivace interakčních dovedností v přípravě učitelů ZŠ. In MAREŠ, J.; SVATOŠ, T. *Novinky v pedagogické a školní psychologii 1995–2005*. Hradec Králové: ESF, IPPP ČR a AŠP SR a ČR, 2005. ISBN 80-86856-11-9.

<sup>6</sup> Srov. např.: SVATOŠ, T. *Malá didaktika v teorii a praxi pro seminární výuku obecné didaktiky*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2006. ISBN 80-7041-715-3; SVATOŠ, T. *Pedagogická cvičení ze sociální a pedagogické komunikace*. Hradec Králové: Gaudeamus, 1995.

Můžeme však mluvit o klimatu jako o prožívání vztaženém nikoliv k jednotlivci, ale skupině? Tak, jako hovoříme např. o *skupinovém myšlení* (I. Janis), *skupinové inteligenci* (R. Sternberg a W. Wiliamsová)? Je možné definovat klima pouze jako „*společné naladění*“ „*společné prožívání*“, anebo tyto pojmy vyjadřují spíše situaci než svébytný stav vázaný na skupinu? A je možno sociální klima chápat jen jako transakci citů?

Když D. Goleman mluví o „*míře emočního spojení*, kterou pocítujeme při setkání s jiným člověkem“ (1997: 116) je zřejmě blízko charakteristiky skupinového klimatu jako určité „*synchronizace prožívání*“. Citujeme-li již uvedeného autora připomeňme ještě jeho myšlenku, že „*koordinace nálad tvoří podstatou harmonického vztahu*“ (srov. s.117).

Jde tedy zřejmě o to, že člověk relativně krátkodobě (aktuální atmosféra) nebo dlouhodobě (klima) citlivě vnímá spoluprožívá určité okolnosti (podmínky) s ostatními. Jde tu vlastně o *vzájemnost prožívání* a zároveň o specifické *prožívání vzájemnosti*. Skutečnost, že „*takto to prožívám nejen já*“, ale že takto to „*cítíme my*“, je projevem i materializací skupinového klimatu. Tento specifický prožitek se stává svébytným faktorem, který ovlivňuje skupinový i individuální výkon i kvalitu nově se utvářejících vztahů ve skupině.

Jak připomíná J. Mareš, který ve svých pracích podal syntetizující přehled pojetí a přístupů k tématu sociálního klimatu zahrnuje termín *klima* obsahově také „*ustálené postupy vnímání, prožívání, hodnocení a reagování* všech aktérů (učitele, všech žáků třídy, skupinek žáků v dané třídě, žáků jako jednotlivců) na to, co se ve třídě odehrálo, právě odehrává nebo má v budoucnu odehrát“<sup>7</sup>.

Zdá se tedy, že bude třeba zřetelněji odlišit na jedné straně vnější i vnitřní *podmínky*, a na straně druhé samo interakční ovzduší, které je těmito okolnostmi vyvoláváno.

Tak např. pojem „*atmosféra otevřenosti*“ vyjadřuje především skutečnost, že se vztahy v určité skupině odvíjejí z určitých podmínek. K takovým podmínkám patří například to, že vůdce skupiny nikdy nezneužívá otevřeně vyjadřovaných názorů a prožitků a že svým stylem řízení otevřenost vyjadřování navozuje a podporuje. Atmosféra tedy neznamená jen to, „že vůdce a všichni členové jsou otevření“, znamená především to, že jistý způsob, styl činnosti a vztahů nabývá v určité skupině *význam a smysl*, že je prožíván jako společná (skupinová) hodnota, že je „*ceněn*“ (oceňován), a že je vnímán a pozitivně prožíván jeho facilitující efekt.

Ať už budeme mluvit o *atmosféře spolupráce, atmosféře důvěry, atmosféře náročnosti* atd., vždy půjde o společný jmenovatel: *vytváření podmínek* pro takové ovzduší ve skupině, které bude vnímáno a prožíváno členy skupiny jako *příznivé* (protože *podporující*) a jako *smysluplné*, (protože *usnadňující* dosažení cíle v kontextu individuálně vyznávaných hodnot). Přičemž podpora se nevztahuje jen k činnostem (organizace práce), ale i k osobnosti (včetně akceptace osobnosti bez ohledu na výkon). Máme-li se vyjádřit stručně, řekněme, že pokud v prožívání jedince dominuje pocit smyslu společných aktivit a vzájemných vztahů, pokud pocítuje oporu ze strany vůdce skupiny a ostatních členů, stenizuje toto jeho prožívání nejen jeho individuální aktivitu, ale i ochotu k reciproční transakci pozitivních emocí.

<sup>7</sup> Srov. též: MAREŠ, J. Zamyšlení nad pojmem klima školy. In JEŽEK, S.(ed.) *Psychosociální klima školy* I. Brno 2003. ISBN 80-86633-13-6

Je-li setkání učitele a žáků při společném objevování doprovázeno uvedenými prožitky, pak je velmi pravděpodobné, že se toto prožívání „*přenes*“ na skupinové dění jako takové a vznikne onen obtížně definovaný pojem „*smysluplné a příjemné ovzduší skupiny*“. Někteří učitelé dělají chybu, když zaměňují vytváření atmosféry za „*vyvolávání nálad*“. Zábavné má být učení, ne učitel.

Klima ani atmosféra navíc nejsou pojmy, které by vyčerpávalo paradigma libé – nelibé či podporující – inhibující. Určité klima může navozovat např. tvořivost, a to nejen ve vztahu k probíhajícím skupinovým či individuálním aktivitám, jako je učení nebo práce. Rovněž mezilidský vztah je produktem tvorby a způsoby, jakými lidé materializují své kontakty mohou být tvořivé, vynalézavé, zajímavé anebo fádni a stereotypní.

Skupinové klima má tedy význam nejen jako facilitátor skupinového dění, ale také jako prostředek výchovy. Žák se v adekvátní atmosféře školní třídy nejen „*lépe učí*“, ale on se zároveň i „*učí být lepším*“ (tj. např. vyrovnanějším, sebevědomějším, komunikativnějším, mravnějším, ohleduplnějším, pohotovějším, asertivnějším, tvořivějším atp.).

Skupinové klima vyjadřuje, jaký prostor mají členové skupiny pro své seberealizační záměry.

Lze tedy odlišit *podmínky*, které navozují určité klima, *styl* (způsob) mezilidských *interakcí* a a společnou *emocionální naladěnost*, skupinové prožívání vzájemnosti.

Příznivé (*zdravé*) sociální klima je příznačné *svobodou projevu*, *podporou sebe-prosazování*, *volností* ve vzájemných vztazích, *akceptací individuality*, citovou *rezonancí* a *empatií*, *důvěrou* a *absencí hostility*.

O akceptaci žáka (ale i jeho „žakovského chování“) referuje podnětně T. Gordon ve svém T.E.T. (Teacher Effectiveness Training) a upozorňuje v této souvislosti z humanistického hlediska na mýtus, že lze akceptovat osobnost žáka bez akceptace jeho zralosti, statutem a situací determinovaného aktuálního chování a jednání.<sup>8</sup> Vždyť právě sociální chování (aktivity a vztahy) je materializací či „*objektivizací*“ vztahů.

Zdravé klima tedy na jedné straně *předpokládá* a na druhé straně stabilizuje utváření zdravých vztahů, ale oba pojmy odrážejí odlišné charakteristiky skupinového života.

Vydeme-li ze skutečnosti, že sociální klima je především *produktem stylu řízení* (vedení) skupiny pak se dobré sociální klima skupiny jeví jako prostředek kultivace mezilidských vztahů, nikoliv primárně jako *důsledek* (zdravých) vztahů, i když je jejich vzájemná podmíněnost nesporná.

## Atributy zdravého vztahu

Pojem *zdravý vztah* je jak jsme už uvedli dříve v současnosti poměrně hodně frekventován, v pedagogické oblasti nepochybně i díky tomu, že se objevuje v rámcovém vzdělávacím plánu. Není zde ale přesněji vymezen (definován).

<sup>8</sup> GORDON, T. *Teacher Effectiveness Training. The Program Proven to Help Teachers Bring Out the Best in Students of All AGENS*. Three Rivers Press, 2003, 368 s. ISBN 978-0-609-80932-7 (0-609-80932-6).

V české literatuře formuluje už v roce 1977 nestor problematiky zdraví v mezilidských vztazích J. Krívohlavý podtitul své knihy *Já a ty „o zdravých vztazích mezi lidmi“*, podobně jako v současnosti M. Soudková v knize *„O zdravých vztazích mezi lidmi. Přátelství a manželství“* (2006).

M. Soudková v podstatě ztotožňuje pojmy *dobrý* a *zdravý* vztah, nicméně jako jedna z mála pojem zdravý vztah blíže specifikuje a jakkoliv jde spíše o práci určenou laické veřejnosti jsou její pojetí a chápání pojmů, jakož i uváděné informace velmi promyšlené. Autorka zde uvádí jako základní atribut dobrého, zdravého vztahu, že „*podněcuje náš růst a vývin*“.<sup>9</sup> Jak uvádí tamtéž: *zdravý vztah nám poskytuje „v často nevlídném, někdy i hrozivém prostředí současného světa místo, kde můžeme být bezpečně sami sebou. Můžeme v něm volně vyjadřovat své pocity a myšlenky, kritizovat, případně dělat chyby a přesto si zachovávat vzájemnou náklonnost. Zdravý vztah nás také někdy „postrčí“ k pozitivnějšímu způsobu života.*“ V této úvodní myšlence jsou v podstatě předznamenány základní atributy zdravého vztahu tedy autonomie, autenticita, sociální opora, emocionální zakotvení.

Vzhledem k tomu, že jedním z hlavních zdrojů našeho pojetí interakčních cvičení, k němuž všechny naše úvahy o zdravých vztazích směřujeme, je humanistická psychologie je nám toto pojetí blízké i z hlediska hledání technik přípravy učitele ke kultivaci vztahů mezi žáky i pedagogy.

A. Giddens zdůrazňuje, že *dobrý (čistý)* vztah je příznačný *otevřeností* jako podmínkou intimity a *rovnosti*. Užívá v této souvislosti stále častěji citovaný pojem *emoční demokracie*.<sup>10</sup>

Hledáme-li atributy zdravého vztahu, pak nám může být vodítkem chápání osobního terapeutického vztahu v humanistické psychologii, které je svým způsobem vyjádřením představy ideálního osobního vztahu (jako terapeutického prostředku). Podobně jako vztah terapeuta a klienta měl by i zdravý mezilidský vztah nabízet „*jistě usměrňující vnější uspořádání, přitom však i volnost pro osobnostní rozvoj.*“<sup>11</sup>

T. Gordon zdůrazňuje aktivní naslouchání (active listening) jako formu akceptace skrze komunikaci.<sup>12</sup> Je to jakási kombinace empatie a zpětné vazby, ale výsledkem nemá být *rada* či *pokyn*. Reakce učitele představuje jen „*kontrolu toho zda rozuměl dobře projevům, chování, sdělování dítěte*“. Korektivní roli zde hraje nikoli to, co učitel prvoplánově říká, ale svébytné „*sdělení*“: „*stojíš mi za to, abych ti pozorně naslouchal a přesvědčil se, že ti rozumím.*...“ V podstatě synonymem aktivního naslouchání jsou pojmy empatické či *zrcadlicí* naslouchání (empathic listening, reflective listening).

Vztah jako setkání nemá být jen pouhým názorovým souzněním, či setkáním obdobných životních historií nebo usnadněním dosažení blízkých cílů, ale především šancí pro další psychosociální růst autonomních osobností, jejichž odlišnost a svébytnost má být nikoli zdrojem konfliktů, nýbrž podněcujícím stimulem individuálního vyzrávání.

Pro strukturaci pohledu na vzájemné meziosobní vazby je inspirující i pohled ukrajinské autorky T. S. Jacenko, která dlouhodobě rozpracovává variantu tréninkových

<sup>9</sup> Dílo cit. v pozn. 8, s. 2

<sup>10</sup> GIDDENS, A. *Unikající svět*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2000. ISBN 80-85850-91-5.

<sup>11</sup> MRKVIČKA, J. <http://www.portal.cz/psycho>

<sup>12</sup> Dílo cit. V pozn. 11.

interakcí určených učitelům, tzv. ASPO (aktivnoje socialno-psychologičeskoje obučenije).<sup>13</sup>

Předchozí náhled z hlediska humanistické psychoterapie do jisté míry doplňuje promyšleným systémem akcentujícím behaviorální složku tréninku. Při diagnostice parametrů vzájemných vztahů ve výcvikové skupině rozlišuje *klima* (chladné či vřelé mezilidské vztahy), *atmosféru* (ohrožení – bezpečí), *povahu vztahu* (boj, hra), míru vlivu,<sup>14</sup> *komunikaci* (styl komunikace), a *kontrolu* (způsob zpětné vazby)<sup>15</sup>. Toto schéma nazírání vztahů vyvolané praktickými potřebami výcviku považujeme za velmi inspirující při hledání atributů (zdravého) vztahu.

P. Říčan zdůrazňuje, že kvalitní, zralý vztah „*předpokládá zejména schopnost vztahovat se k druhému člověku a k sobě jako nezávislým bytostem a integrovat různé složky (aspekty) obrazu sebe i druhých, zejména složky pozitivní a negativní.*“<sup>16</sup>

V tomto smyslu vztah *přesahuje* jedince, jejich vztah je oním „*třetím*“ na jejich cestě životem. Třetím v tom smyslu, že se stává determinantou jejich individuálních proměn. Třetím i v tom smyslu, že je chápán jako něco společného, relativně autonomního, o co je třeba pečovat, čemu je třeba rozumět a co je též třeba permanentně rozvíjet.

Na jedné straně je to tedy *vědomí hodnoty vztahu* a na straně druhé problém specifických *sociálních dovedností*, kterých je třeba k iniciování, udržení a rozvoji (zdravých) vztahů mít.

Konec konců lidská společnost není nic jiného *než systém vzájemných vztahů*<sup>17</sup> a jejich povaha projevující se v *kultuře* určité společnosti tvoří bázi na nichž se v procesu humanizace utvářejí specificky individuální, osobnostní charakteristiky.

Přes rozdíly dané odlišnými paradigmaty škol, směrů a osobností, lze určité základní atributy zdravého vztahu shrnout následovně, s přihlédnutím k ryze praktickým aplikacím v interakčních cvičeních jsme je utřídili takto:

## Charakteristiky vztahující se spíše k jedincům:

- *akceptace* (nepodmiňované přijetí; respekt k odlišnosti)
- *autenticita* (svěbytnost)
- *autonomie* (nezávislost)
- *empatie* (vcítění do osobních prožitků, vcítění se do situace či historie druhého)
- *tolerance* (respektování odlišnosti ve vlastnostech, způsobech nazírání a řešení životních situací),
- *odpovědnost* (vůči partnerovi, důsledkům vlastního jednání atd.)
- *podpora* (sociální opora; emoční podpora; vzájemná pomoc)
- *sdílení* (transakce citů; hodnotové či názorové souznění)
- *zakotvenost* v sociálních vztazích (širším sociálním kontextu)

<sup>13</sup> JACENKO, T.S.: *Aktivnaja socialno-psychologičeskaja podgotovka učitelja k obščeniju s učaščimisja*. Kijev: OSVITA, 1993. ISBN 5-330-00648-1

<sup>14</sup> Chápanou ale spíše jako symetrii či asymetrii postavení, pozic.

<sup>15</sup> Tamtéž, s. 180.

<sup>16</sup> ŘÍČAN, P. Psychologie rodiny – obor ve stavu zrodu. Čs. psychologie, 1991, 1, s.38-47.

<sup>17</sup> GIDDENS, A. 2005:32

Charakteristiky lze přiřadit k fenoménu vztahu, nikoliv k vlastnostem (rysům) individuů jež vztah spojuje:

- **míra propojení** s okolním sociálním světem – zdravý vztah je otevřený výzvám společenskému prostředí;
- **míra a povaha ovlivnění** (jak moc je vztah formotvorný) – zdravý vztah znamená vzájemnou inspiraci, vylučuje patické formy ovlivňování (manipulaci, agresi);
- **míra stimulace** – zdravý vztah je zdrojem podnětů pro přiměřený sociální rozvoj a psychosociální zrání (je v tomto smyslu protipólem sociokulturní deprivace); vztah k sobě a jiným je faktorem podmiňujícím efektivitu seberozvoje;
- **míra intimity** – zdravý vztah umožňuje naplnit potřebu intimity bez uzavírání se světu<sup>18</sup>;
- **valence** (hodnotnost (hodnota) smysluplnost, stupeň zralosti, vyspělosti cílů, hodnot, norem);
- **struktura** (symetrie – asymetrie, submise – dominance v postavení) – zdravý vztah je příznačný rovnoprávností a rovností příležitostí, vylučuje tedy nucené podřizování se, či statusovou nadřazenost;
- **styl** a vyváženost transakcí – zdravý vztah je založen na součinnosti a kooperaci a reciprocitě;
- **klima** – zdravý vztah je příznačný facilitujícím ovzduším vzájemných transakcí prožitků, názorů, behaviorálních vzorců a způsobů komunikace;
- **stabilita** – zdravý vztah je příznačný určitou nezávislostí na aktuálních proměnách v čase i sociálním prostoru a je relativně odolný vůči změnám vzhledem ke konzistenci dané ujasněnými a společně sdílenými hodnotami a pevnými sociálními i emotivními vazbami.

## Výsledky šetření

Cílem šetření chápaného jako orientační sonda bylo zjistit jaké atributy přisuzují učitelé pojmu „**zdravý vztah**“ jako cílové pedagogicko-psychologické kategorii.

Zkoumaný vzorek tvořilo 350 učitelů základních a středních škol (73 mužů a 277 žen). K dispozici byly výsledky předchozí fáze šetření realizovaného na stejném vzorku vyjadřující podmínky a okolnosti intervenující dle zkoumaných osob do procesu utváření a kultivace zdravých vztahů.<sup>19</sup> Kvalitativní analýzou výpovědí bylo sledováno subjektivní pojetí kategorie zdravý vztah s využitím následujících indikátorů:

– **diferencovanost vnímání** – indikátor: kvantita jednotlivých atributů připisovaných kategoriím „zdravý vztah“ a jejich souvztažnost<sup>20</sup> a míra strukturovanosti;

<sup>18</sup> HEWESTONE, M.; STROEBE, W. *Sociální psychologie*. Moderní učebnice sociální psychologie. Praha: Portál, s.r.o., 2006. ISBN 80-7367-092-5, s. 442.

<sup>19</sup> ŘEZÁČ, J. K některým problémům utváření zdravých vztahů ve škole z pohledu učitelů ZŠ. In ŘEHULKA, E. et al. *School and health 21* (2). Brno: Paido 2007, s. 171-181. ISBN 978-80-7315-138-06.

<sup>20</sup> Tj. do jaké míry vyjadřují uváděné atributy explicitní teorii osobnostních rysů; zda trsy atributů *jeví znaky strukturovanosti a jednotičiho paradigmatu (tvoří smysluplný, provázaný celek)*.

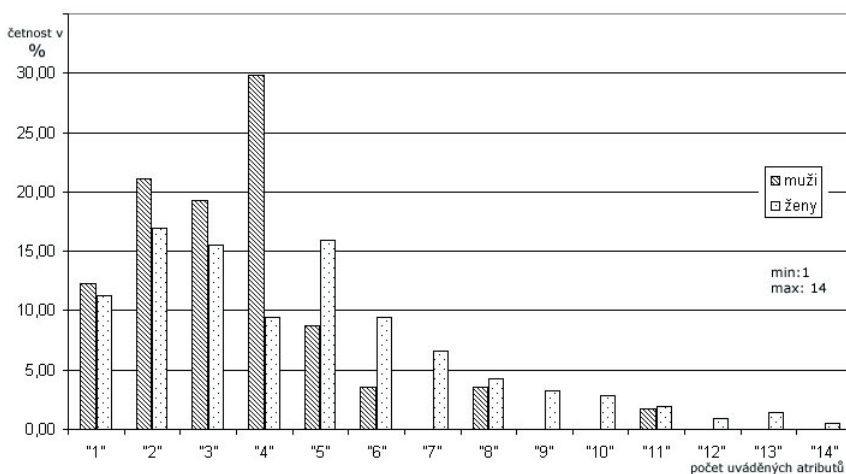


– **pojetí kategorie** „zdravý vztah“ – indikátor: preference chápání zdravého vztahu výhradně či převážně jako *interakce* anebo spíše či jednoznačně jako *očekávání* ve vztahu k partnerovi (partnerům) ve vztahu, případně akcent spíše na *podmínky* (okolnosti) za nichž se určitý vztah respondentovi jako „zdravý“ jeví.

## Diferencovanost vnímání

Počet atributů připisovaných „zdravému vztahu“ se pohyboval od jednoho do čtrnácti. Nejčastěji byl „zdravý vztah“ charakterizován dvěma až pěti atributy. Kvalitativní analýza „trůů vlastností“ naznačuje, že grupování znaků, jež respondenti „zdravému vztahu“ připisují nevychází z relativně strukturovaného paradigmatu. Bylo by třeba dalšího hlubšího pohledu, který by ověřil, jak se paradigma<sup>21</sup> vnímání a posuzování (interpretace) kategorie „zdravý vztah“ strukturuje. Hypoteticky bychom mohli na základě zatím získaných výsledků hovořit o paradigmatu „očekávání“: náhled se strukturuje podle aktuálního očekávání jedince, které vychází nejspíše z aktuální životní zkušenosti. Buď se odvíjí od atributů, jež aktuálně jedinec doceneuje, protože právě facilitují či zefektivňují jeho sociální život, anebo je naopak postrádá a ve volbě atributů se promítá „hlad“ po nich. Druhé paradigma, které sledujeme v názncích v odpovědích respondentů lze označit jako paradigma „hodnocení“. Grupování zde pravděpodobně vychází z takových znaků, které odrážejí primárně určitou hodnotovou hierarchii – profesionální či osobnostní životní filozofii. Třetí paradigma vyjadřuje spíše náhodné *volně asociované* vlastnosti (či jeden, dva „hlavní rysy“) připisované „zdravému vztahu“ víceméně jen ve snaze vyhovět tazateli.

Graf č.1: Četnost uváděných atributů „ZV“ u mužů a žen (n=350 m=73, ž=277)



<sup>21</sup> Pojem paradigma zde používáme v obdobném pojetí, jak je chápe v souvislosti s výcvikovými technikami např. Covey, 2006: 24.

## Pojetí kategorie „zdravý vztah“

Předpokládali jsme, že se ve výpovědích respondentů objeví převážně atributy přisuzované vztahu, jak je uvádíme v teoretickém úvodu, a zároveň jsme předpokládali, že pojetí kategorie „zdravý vztah“, organizace pojmu (jako konceptu) bude vycházet spíše z bezprostřední zkušenosti bez zřetele k paradigmatu nějaké relevantní teorie či vědní disciplíny (pedagogiky, psychologie).

Na prvních padesáti místech výčtu atributů připisovaných zdravému vztahu se převážně objevily vlastnosti či rysy vztahované k partnerovi (tolerance, otevřenost, přátelskost, schopnost spolupracovat, schopnost či ochota naslouchat, pochopení pro druhého, nesobeckost atd.). Výrazně méně byly zastoupeny atributy vztahující se k interakci (rovnost, pohoda, bezpečí, harmonie apod.):

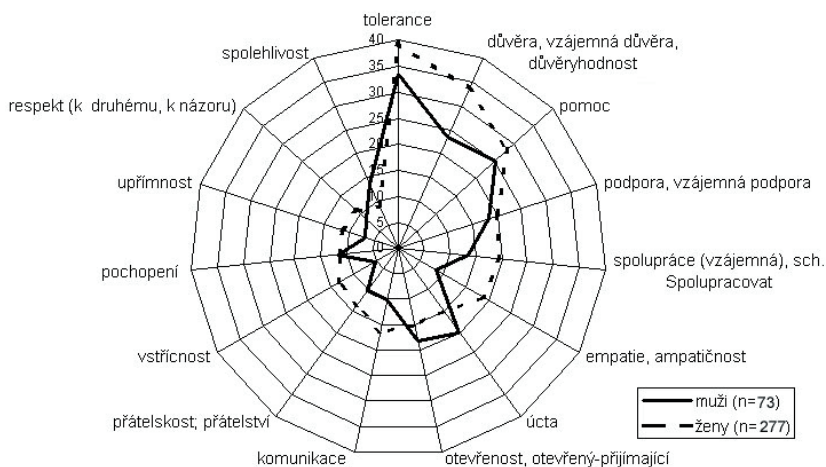
*Tolerance 38,18 % respondentů; důvěra, vzájemná důvěra, důvěryhodný 32,1 %; pomoc 27,27 %; podpora, vzájemná podpora 19,28 %; spolupráce, (vzájemná), sch. spolupracovat 17,82 %; empatie 16,36 %, empatičnost 16,35 %; úcta 16,0 %; otevřenost, otevřený – přijímající 15,64; komunikace 15,64 %; přátelskost, přátelství 12,73 %; vstřícnost 12,1 %; pochopení; upřímnost 11,27 %; respekt (k druhému, k názoru) 10,18 %; spolehlivost 9,82 %; ohleduplnost 9,09 %; naslouchání (sch. naslouchat) 8,36 %; rovnocennost 7,28 %; kamarádství, kamarádskost 5,82 %; láska, láskyplný 5,09 %; dále pak mezi pěti a necelými třemi procenty: spravedlnost; soutěživost; odpovědnost; smysl pro humor; tvořivost, nápaditost; asertivita, zdravé prosazování, nenechat se manipulovat; bezpečí; ochota naslouchat; motivace, motivovanost; slušnost; trpělivost; řešení sporů, pozitivní řešení sporů, konfliktů; porozumění; rovnost, rovný; důslednost; pravidla (dodržovat); kompromis; partnerství; pochopení pro zvláštnosti druhého; sebevědomí zdravé; harmonický, harmonie; motivování vzájemné; nepovyšovat se; nesobečství, nesobeckost; podnětnost; pohoda, pohod. atmosféra; pracovitost; sebedůvěra; nezávislost; řešení problémů (společně).*

Rozdíly mezi muži a ženami zkoumaného vzorku se výrazněji projeví jen v některých uváděných attributech. Ženy ve srovnání s muži výrazněji preferují *empathii, důvěru, vstřícnost, komunikativnost a toleranci*; muži preferují *úctu, spolehlivost a otevřenost*.

Ze získaných údajů dále vyplývá, že nejvýrazněji preferují toleranci jako atribut zdravého vztahu učitelé, kteří hodnotí vlastní osobní vztahy jako „*neodpovídající označení zdravé*“ (45,3 % z této podskupiny skupiny respondentů), ale též učitelé, kteří vykazují pozitivní anticipaci své pedagogické kariéry (43,8 %).

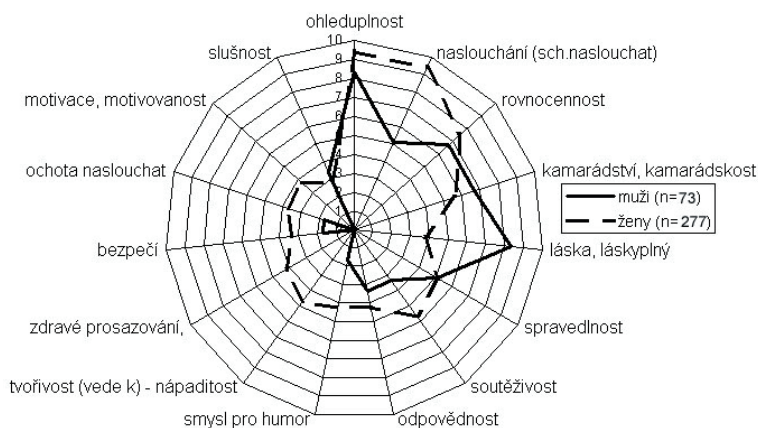
Důvěru (důvěryhodnost) preferují nejvýrazněji respondenti, kteří sami označují své osobní vztahy za zdravé (34,2 %).

Graf č.2: Rozdíly mezi muži a ženami v attributech uváděných na 1. až 15. místě



Dalšími šetřeními by bylo vhodné zjistit do jaké míry je preference určitých atributů vztahů důsledkem jistého „hladu“ po určitých interakčních projevech či zda jde o hodnocení obecně „hodnotové“ – vycházející spíše z obecně přijímaných hodnotových vzorů.

Graf č.3: Rozdíly mezi muži a ženami v atributech uváděných na 15. až 30. místě



Přehled základních charakteristik pojetí pojmu zdravý vztah u respondentů relevantních ve vztahu ke konstrukci interakčních cvičení:

### Všichni učitelé:

- > Výrazná převaha charakteristik vztahujících se k *partnerovi* ve vztahu
- > pojetí „ZV“ je spíše „laické“ chybí opora v psychologické či pedagogické teorii

- > důraz spíše na „*posuzování – vážení*“ a „*očekávání*“ než na „*utváření*“ zdravých vztahů
- > tendence ke *globálnímu vnímání* vztahu skrze jednu či několika málo atributů
- > nazírání vztahu spíše skrze *vlastnosti* či *předpoklady* partnera
- > záměna *podmínek* vzniku či stabilizace „ZV“ za *atributy* vztahu

#### Muži

- > Posuzují v ostřejších konturách
- > vycházejí především z hodnotících kritérií typu: „*hlavní – okrajové*“, „*podstatné – podružné*“, „*důležité – nedůležité*“
- > jsou převážně „*stručnější*“
- > preferují spíše to, co oceňují aktuálně v *reálné pedagogické praxi*

#### Ženy

- > výrazněji *extenzivnější* pohled,
- > *plastičtější* popis,
- > smysl pro *detail*,
- > preference spíše *popisných kritérií*
- > preference či akcentace těch atributů „ZV“, které respondentům (v reálných vztazích) *chybí*, nebo co považují za *ideální*
- > důraz na to, co je ve vztazích hodnotné „*samo o sobě*“

## Závěry pro interakční cvičení

Techniky interakčních cvičení zaměřené na kultivaci myšlení v kontextu skupinové diskuse bude třeba výrazněji orientovat na:

- osvojení principů a pochopení kontextu spontánního utváření pojmů,
- pochopení zákonitostí utváření odborných konstruktů a kategorií,
- kultivaci situačního myšlení,
- vytváření teoreticky podloženého náhledu a profesní reflexe mezilidských interakcí,
- vytvoření dovednosti a schopnosti autodiagnostiky neadekvátních percepčních stereotypů a navykklých neefektivních způsobů interpretace mezilidských interakcí,
- tvořivost v oblasti hledání strategií rozvoje a kultivace mezilidských vztahů.

## Literatura

- COVEY, S. R. *7 návyků skutečně efektivních lidí. Zásady rozvoje, které změni náš život.* Praha: Management Press, 2006. ISBN 80-7261-156-9.
- GIDDENS, A. *Sociologie.* Praha: Argo, 2005. ISBN 80-7203-124-4.
- GIDDENS, A. *Unikající svět.* Praha: Sociologické nakladatelství, 2000. ISBN 80-85850-91-5.

- GLASSER, W. *Terapie realitou. O uspokojování potřeb a nalézání skutečného vztahu k realitě*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-493-1.
- GORDON, T. *Teacher Effectiveness Training. The Program Proven to Help Teachers Bring Out the Best in Students of All AGENS*. New York: Three Rivers Press, 2003. 368 s. ISBN 978-0-609-80932-7 (0-609-80932-6).
- JACENKO, T. S. *Aktivnaja socialno-psichologičeskaja podgotovka učitelja k obščeniju s učaščimisja*. Kijev: OSVITA, 1993. ISBN 5-330-00648-1.
- KŘIVOHLAVÝ, J. *Já a ty. (O zdravých vztazích mezi lidmi)*. Praha: Avicenum 1977.
- ŘEZÁČ, J. Taking advantage of interactive training in teachers' preparation for forming of healthy relationship between children. In *Care of educational institutions about children health. Materials of international scientific symposium*. Saint Peterburg: Ministry of Education and Science of Russian Federation, Association of St. Petersburgs Valeologists, 2006, s.103–105. ISBN 5-7434-0349-X.
- ŘEZÁČ, J. Possibilities of the lifestyle cultivation by means of interactive exercises. In *VI міжнародна науково-практична конференція. Валеологія сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку. Матеріали конференції. том II*. Харків, 2008.
- SOUĐKOVÁ, M. *O zdravých vztazích mezi lidmi. Přátelství a manželství*. Brno: Doplněk 2006. ISBN 80-7239-196-8.
- TOLAN, J. *Na osobu zaměřený přístup v poradenství a psychoterapii*. Praha: Portál 2006. ISBN 80-7367-146-8.

## THE CATEGORY OF „A HEALTHY RELATION“ AS THE STARTING POINT FOR THE CULTIVATION OF PUPILS' MUTUAL RELATIONS

**Abstract:** The study concentrates on the conception of „a healthy relation“ in teachers in the context of cultivation and development of healthy relations between pupils given by the Skeleton educational programme for primary schools (2000). The present paper is based on two sources of investigation: 1) a questionnaire directed at the interpretation of the concept of a healthy relation (in connection with the conditions affecting the process of its formation) and its basic attributes (N=350), 2) an analysis of essays on „a healthy relation“ written by practising teachers.

**Key words:** interaction, social climate, healthy relation, the attributes of a healthy relation, mental representation, perceptive paradigm, cognitive map, meaning and sense