

Gymnázium, Ulica 17. novembra 1180, 95501 Topoľčany

Zriaďovateľ: Nitriansky samosprávny kraj

## **Realizácia programu CHIPS na našej škole**

Stredoškolská odborná činnosť

Č. odboru: 01- Problematika voľného času

2014

Topoľčany

riešiteľ

Dana Gočárová

ročník: druhý

---

konzultant

Mgr. Alžbeta Rybníková

## Obsah

Úvod.....	3
1 Charakteristika programu CHIPS .....	4
1.1 Program CHIPS.....	4
1.2 Vznik programu a jeho súčasný stav.....	5
1.3 Linka detskej istoty a program CHIPS.....	5
1.4 Cieľ programu CHIPS.....	6
1.5 Formy realizácie programu CHIPS .....	6
2 Ciele práce .....	8
3 Materiál a metodika .....	9
4 Realizácia programu CHIPS na Gymnáziu v Topoľčanoch.....	10
4.1 Začiatok CHIPS-u na škole.....	10
4.2 CHIPS v školskom roku 2013/ 2014.....	11
4.3 Činnosť podporovateľov po školení.....	12
4.4 Účasť na konferencii .....	14
4.5 CHIPS z pohľadu pedagógov a podporovateľov .....	15
4.6 Miera informovanosti žiakov o programe CHIPS .....	17
5 Závery práce .....	19
6 Zhrnutie .....	20
7 Zoznam použitej literatúry .....	21
Prílohy	

## Úvod

V súčasnosti sa dynamicky menia trendy spoločnosti, pričom sprievodné javy nie sú vždy pozitívne. Mladí ľudia trávajú väčšinu času v školskom prostredí, ktoré môže prinášať niektoré rizikové faktory ovplyvňujúce osobnostný rozvoj žiakov. Úlohou primárnej prevencie na školách je eliminovať negatívne vplyvy a usmerňovať osobnostný rozvoj žiakov k žiaducemu hodnotovému systému.

Jednou z foriem primárnej prevencie sú rovesnícke programy, kde skupina rovesníkov je prostriedkom k priaznivému psychosociálnemu rozvoju žiakov. Takéto programy si môže vytvárať škola sama, alebo si vybrať z ponuky už existujúcich zabehnutých systémov.

CHIPS je program vrstovnickej podpory, ktorý prostredníctvom dobrovoľníkov – podporovateľov ponúka formovať bezpečné a priateľské prostredie v škole a tiež prispieva k pozitívnemu osobnostnému rozvoju žiakov.

Cieľom našej práce je zdokumentovať realizáciu programu CHIPS na Gymnáziu, Ul. 17. novembra v Topoľčanoch. Popísať činnosť dobrovoľníkov zapojených do programu a zistiť mieru informovanosti žiakov o programe.

V kapitole Charakteristika programu CHIPS sme predstavili program CHIPS a stručne ho charakterizovali. Poukázali sme na význam, ciele a prínosy tohto programu.

V kapitole Realizácia programu CHIPS na Gymnáziu v Topoľčanoch sme predstavili prácu podporovateľov na našej škole a opísali ich činnosť a realizované aktivity. Táto časť je ťažiskom našej práce, jednotlivé zistenia sme zaznamenali.

# 1 Charakteristika programu CHIPS

Dnešná doba prináša pre deti a mládež množstvo rizikových faktorov, ako sú užívanie omamných látok, zvýšená konzumácia alkoholu v detskom veku, agresia, netolerantné správanie, prejavy intolerancie, šikanovanie, zneužívanie internetu, sociálnych sietí či kyberšikana. Aby bola prevencia proti týmto negatívnym javom úspešná je potrebné realizovať na školách a v mimoškolských zariadeniach preventívne programy. Jednou z možností je vytváranie rovesníckych (peer) programov.

Princípom peer programov je zapojenie dopredu vybraných a zaškolením pripravených rovesníkov. Sú to jedinci, s ktorými sa cieľová skupina môže stotožniť nielen vekom, ale aj v záujmoch, sociálnej a spoločenskej situácii. V prípade, že sa populácia u ktorej chceme získať zmenu v správaní či postojoch, s nositeľmi preventívneho programu stotožní, nadobudnuté zručnosti a postoje prostredníctvom rovesníkov ľahko uplatní v praxi. [2]

Vhodný vekový rozdiel medzi aktivistami a žiakmi, s ktorými budú pracovať, je jeden až dva roky. V takomto prípade o málo starší aktivisti majú určitú prevahu a zároveň sa môžu s cieľovou populáciou dobre stotožniť.

Cieľom aktivít rovesníkov je najmä poskytnúť pravdivé informácie a poukázať na nebezpečenstvá návykových látok, zamerať sa na zdravý životný štýl, formovať protidrogové postoje a rozvíjať zdravú osobnosť. Rovesníci poskytujú modely pozitívneho a prosociálneho správania, osobnú alebo sociálnu kontrolu namierenú proti rizikovému správaniu a poskytujú podporujúce prostredie. [1]

## 1.1 Program CHIPS

CHIPS ( Childline in Partnership with Schools) v slovenskom preklade Detská linka v partnerstve so školami, je aktívny program vrstovnickej podpory medzi deťmi a mladými ľuďmi. Jeho hlavným cieľom je prevencia pred vzťahovými problémami a ich dôsledkami v školskom prostredí (šikanovanie, závislosť, neschopnosť zvládať učivo, sociálna neistota) a to prostredníctvom vytvárania a etablovania skupín žiakov, tzv. vrstovnickej podpory na základných a stredných školách. Úlohou týchto rovesníckych skupín je vytváranie a rozvoj bezpečného a priaznivého prostredia pre rozvoj detí, ich vzdelávania, podnetné formovanie životných hodnôt, rozvoj empatie a zdravého sebavedomia u detí a mládeže. [7]

Projekt rozvíja empatiu, zdravé sebavedomie, zlepšuje komunikáciu medzi deťmi i učiteľmi. Tak ako je výchova obojstranná aj tento program pomáha nielen tým, ktorí o podporu požiadajú, ale i podporovateľom v ich osobnom raste, v získavaní cenných životných skúseností a pocitu zadosťučinenia.

Program sa zakladá na tendencii zdôveriť sa vekovo príbuznejšiemu človeku, v tomto prípade žiakovi. Toto celé sa deje formou neformálneho rozhovoru žiaka s podporovateľom. Podporovateľ absolvoval školenie resp. výcvik, ktorého súčasťou boli aj praktické aktivity.

## **1.2 Vznik programu a jeho súčasný stav.**

Po prvýkrát sa program CHIPS objavil v roku 1998 na školách vo Veľkej Británii. Ukazovateľom jeho úspešnosti je počet škôl, na ktorých je program realizovaný dnes. V súčasnosti je to viac ako 800 zapojených škôl. V školskom roku 2009/2010 sa do programu zapojilo Centrum pedagogicko–psychologického poradenstva a prevencie v Nitre . [8]

Na výzvu o prijatí do tohto preventívneho programu reagovalo spolu osem škôl z Nitrianskeho kraja. Z toho iba dve pôvodné školy program realizujú aj v tomto školskom roku ( 2012/2013). Medzi nimi aj naša škola - Gymnázium, Ul. 17. novembra, Topoľčany.

## **1.3 Linka detskej istoty a program CHIPS**

Linka detskej istoty (LDI) ako národný program Slovenského výboru pre UNICEF poskytuje v súčasnosti komplexné služby s cieľom pomáhať deťom na Slovensku ako aj ich rodičom, ktorí sa ocitnú v situácii, kedy si nevedia dať rady. Na základe dlhoročných skúseností a znalostí problémov detí je LDI od roku 2007 Slovenskou partnerskou programu CHIPS.

V súčasnosti možno čoraz viac pozorovať nárast syndrómu rizikového správania u detí v období dospievania ( zvyšujúca sa agresivita prejavujúca sa často šikanovaním, taktiež stále pretrvávajúce rasové a iné predsudky) dochádza k zhoršovaniu správania žiakov na školách, narastá agresivita a hrubosť mládeže. Uvedené skutočnosti viedli LDI k presvedčeniu, že program CHIPS sa môže stať súčasťou prevencie negatívnych javov na školách. [7]

## 1.4 Cieľ programu CHIPS

Cieľom CHIPS-u je na každej škole vytvoriť tím mladých ľudí schopných pomáhať svojim spolužiakom s problémami a otázkami, ktoré ich trápia. Prostredníctvom podpory vrstovníckych vzťahov ide o ochranu detí, o vytvorenie bezpečného a priaznivého prostredia pre ich rozvoj. Vychádza z tendencie zdôveriť sa vekovo príbuznejšiemu človeku. Toto celé sa deje formou neformálneho rozhovoru žiaka s podporovateľom.

Medzi ciele programu CHIPS patrí: [8]

- predchádzanie sociálno-patologických javov na školách a v spoločnosti
- prevencia pred vzťahovými problémami a ich dôsledkami v školskom prostredí (šikanovanie, závislosť, neschopnosť zvládať učivo, sociálna neistota) a to prostredníctvom vytvárania a etablovania skupín žiakov, tzv. vrstovníckych podporovateľov na základných a stredných školách a naopak
- podpora vytvárania a rozvoja bezpečného a priaznivého prostredia pre rozvoj detí, ich vzdelávania, podnetné formovanie životných hodnôt, rozvoj empatie a zdravého sebavedomia u detí a mládeže.
- hľadá a ponúka možné alternatívy pre deti v kritickej situácii, ktorá sa pre nich niekedy javí ako bezvýhodisková
- propaguje Linku detskej istoty a poukazuje na formy riešenia či už bežných - menej závažných alebo ojedinelých -závažných problémov u dospelujúceho človeka
- podporovať u žiaka sebadôveru
- pomôcť mu v procese aklimatizácie, kritického myslenia a rozhodovania sa, motivácie k aktívnemu poznávaniu, tvorivosti a estetického cítenia
- nadobudnúť u žiakov zručnosti, ktoré pozitívne ovplyvňujú jeho postoj ku zdraviu.

## 1.5 Formy realizácie programu CHIPS

Po zapojení do programu, škola pri jeho realizácii úzko spolupracuje s Centrom pedagogicko – psychologického poradenstva a prevencie (CPPPaP).

Vedúcim učiteľom a garantom programu na škole je tzv. supervízor. Môže to byť zároveň psychológ, výchovný poradca alebo koordinátor prevencie drogových závislostí. Tento učiteľ koordinuje spoluprácu s CPPPaP vo svojom meste, vyhľadá skupinu 15 -20 žiakov, o ktorých predpokladá, že budú dobrými podporovateľmi.

Prvú časť realizácie programu na škole tvorí zaškolenie podporovateľov. Príprava spolupracovníkov s psychologickými a sociálnymi zručnosťami pre rolu laických poradcov vo vzťahu k svojim rovesníkom. Počas školenia prejdú dobrovoľníci procesom sebaopoznávania, poznávania iných, získajú zručnosti v komunikácii, emocionálnej inteligencii. Naučia sa akceptovať postoje a názory iných bez prvkov agresivity. Získajú praktické zručnosti v skupinovej práci s použitím techník uplatniteľných v rovesníckych preventívnych skupinách. Dôraz je kladený na dynamiku skupiny, dodržiavanie pravidiel skupiny a pocitu bezpečia v skupine.

Po vyškolení žiakov podporovateľov nasleduje integrácia rovesníckeho programu do širšieho rámca prevencie v podmienkach školy. Žiaci pracujú pod vedením dospelšej osoby, supervízora v úzkej spolupráci s CPPP a P.

Je treba zdôrazniť, že podporovatelia na škole nie sú preto, aby riešili všetky problémy žiakov – na riešenie vážnych problémov sú dospelí (rodičia, učitelia, psychológovia, lekári...).

## 2 Ciele práce

Hlavným cieľom našej práce je mapovanie realizácie programu CHIPS na našej škole, Gymnázium, Ul. 17. novembra 1180, Topoľčany. Chceme poukázať na to, ako možno využiť tento program v primárnej prevencii na školách a zároveň zainteresovať do činnosti mladých ľudí.

Za čiastkový cieľ našej práce sme si stanovili dokumentovanie práce dobrovoľníkov zapojených do programu vrstovníckej podpory CHIPS, ktorí realizujú na škole aktivity vedúce k vytvoreniu bezpečnej atmosféry na škole bez výskytu negatívnych javov ako je agresivita, šikanovanie, intolerancia.

Ďalším naším čiastkovým cieľom je zistenie názorov na program CHIPS z pohľadu zainteresovaných pedagógov a podporovateľov – dobrovoľníkov, ktorí realizujú program na škole formou práce rovesníckej skupiny.

Pre úspešnú realizáciu programu je potrebná informovanosť žiakov o programe a možnostiach, ktoré ponúka. Zistenia, do akej miery sú žiaci o programe informovaní, sú naším ďalším cieľom.



### 3 Materiál a metodika

Pri spracovaní informácií sme vychádzali z odbornej literatúry, internetu a z metodických a propagačných materiálov pre program CHIPS.

Činnosť rovesníckej skupiny CHIPS sme podrobne mapovali v priebehu školského roku 2013/2014. Zúčastnili sme sa podporovateľského výcviku a ako vyškolení podporovatelia sme zdokumentovali všetky zrealizované aktivity, ktoré boli cieľené na rozvoj psychosociálnych zručností žiakov gymnázia. Pri stretnutiach so žiakmi sme aktívne propagovali ideu programu, žiakov oboznamovali s cieľmi programu, podnecovali ich k využitiu alternatívy, ktorú im program ponúka.

Na zistenie objektívneho prínosu programu CHIPS na škole sme použili metódu voľného rozhovoru. Vzorku opýtaných tvorilo 6 pedagógov a 15 žiakov – podporovateľov. Opýtanými učiteľmi boli vyučujúci predmetu Osobnostný a sociálny rozvoj, na ktorom sú realizované aktivity podporovateľov – rovesníkov - chipsákov. Učitelia sú prítomní priamo na vyučovacích hodinách kde sa program realizuje a tak sú kompetentnými na zhodnotenie jeho realizácie či prínosu pre školu. Druhú skupinu opýtaných tvorili samotný dobrovoľníci, žiaci pracujúci ako podporovatelia. V rozhovore sme zisťovali ich názor na program ako taký ale aj na jeho pozitíva a negatíva z ich pohľadu.

Mieru informovanosti žiakov školy o programe CHIPS a jeho realizácii na škole sme zisťovali formou ankety, ktorá bola anonymná a realizovaná písanou formou. Tvorili ju tri otázky:

1. Počul/-a si už niekedy o programe CHIPS?
2. Realizuje sa tento program aj na tvojej škole?
3. Poznáš niekoho, kto je aktívne zapojený do programu?

Na anketu odpovedali žiaci prvého, druhého a tretieho ročníka štvorročného gymnázia. Celkom sa ankety zúčastnilo 249 žiakov, 29% tvorili žiaci prvého ročníka, 30% žiakov druhého ročníka a 41% tretieho ročníka.

Výsledky ankety sme spracovali pomocou programu Excel. Použili sme hlavne filter a funkcie COUNTIF a COUNTA na zistenie počtu výskytov hľadaného znaku.

## **4 Realizácia programu CHIPS na Gymnázium v Topoľčanoch**

### **4.1 Začiatok CHIPS-u na škole**

Naša škola Gymnázium, Ul. 17. novembra 1180 Topoľčany sa do programu zapojila v školskom roku 2012/2013, kedy Centrum pedagogicko – psychologického poradenstva a prevencie (CPPPaP) v Topoľčanoch vydalo výzvu o zapojenie sa do programu. Na výzvu reagovala Mgr. Alžbeta Rybníková, ktorá pracuje na škole ako koordinátor primárnej prevencie nežiaducich javov a tým sa stala supervízorom programu.

Realizácia samotného programu začala spoluprácou s CPPPaP v Topoľčanoch náborom a školením dobrovoľníkov. O programe prvý krát informovala žiakov Mgr. Alexandra Hanáková z CPPPaP na prednáškach organizovaných na škole. Záujem prejavili hlavne žiaci tretieho ročníka, ktorí sa v budúcnosti chceli orientovať na štúdium jednotlivých odvetví psychológie, prípadne masmediálnej komunikácie. Od projektu očakávali, že pri spolupráci s programom nadobudnú zručnosti a skúsenosti, ktoré v budúcnosti využijú. Prvú skupinu nadšencov, ktorí prešli školením tvorilo 15 dievčat a 8 chlapcov. (Príloha A, obr.1)

Po absolvovaní školenia, začali na škole propagovať a realizovať program formou rôznych aktivít. Z ich činnosti vyberáme nasledovné aktivity:

#### Vyjadri svoj názor

Počas týždňa boja proti drogám skupina „chipsákov“ navrhla a zhotovila nálepky, ktorých motívmi boli populárne obrázky a heslá označujúce odmietanie alkoholu, drog a iných omamných látok. Nálepky neskôr rozdali všetkým žiakom školy, ktorí ich nosením vyjadrili svoj pozitívny prístup k životu a svojmu zdraviu. (Príloha A, obr.2)

#### Zdobenie medovníkov

Cez vianočné sviatky si dali chipsáci za úlohu prispieť k vytvoreniu príjemnej a priateľskej atmosféry na škole. Zorganizovali zdobenie medovníkov. Dvere boli pre každého otvorené a aktivisti spolu so žiakmi zdobili vianočné pečivo. Ich ideou bolo príjemne stráviť jedno popoludnie v dobrom kolektíve a príjemnej atmosfére. (Príloha B, obr.3)

### Rozvoj komunikačných a psychosociálnych zručností

Počas termínov ústnej a písomnej formy maturitných skúšok chipsáci viedli stretnutia so žiakmi nižších ročníkov osemročného gymnázia, na ktorých realizovali techniky pre rozvoj komunikačných a psychosociálnych zručností. (Príloha B, obr.4)

Prvá skupina podporovateľov mala možnosť konfrontovať svoje skúsenosti s ostatnými dobrovoľníkmi, ktorí pracovali ako podporovatelia na iných školách účasťou na konferencii mladých podporovateľov v Bratislave.

## **4.2 CHIPS v školskom roku 2013/ 2014**

V tomto školskom roku v rovesníckej skupine programu CHIPS pracuje 17 žiakov. 7 je pôvodných podporovateľov, ktorí boli do programu zapojení v minulom školskom roku a rozhodli sa v programe pokračovať. Desať nových členov prejavilo záujem na základe informácií získaných od psychológa počas prezentácie programu na škole. Ďalším dôvodom pre začatie práce v programe bol fakt, že sami boli zúčastnení na aktivitách organizovaných chipsákmi.

V septembri 2013 sa dobrovoľníci, záujemcovia o prácu podporovateľov v programe CHIPS zúčastnili dvojdnového školenia podporovateľov, ktoré sa konalo v priestoroch psychologickkej poradne Centra pedagogicko- psychologického poradenstva a prevencie v Topoľčanoch. Celé školenie viedla riaditeľka CPPPaP Mgr. Alexandra Hanáková.

Pre kvalitnú činnosť a súčinnosť skupiny je potrebné aby sa školenia zúčastnili nielen noví členovia, ale všetci zainteresovaní do programu. Čiže aj minuloroční dobrovoľníci, ktorí v programe pokračujú a taktiež supervízor programu.

Prvá časť stretnutia bola zameraná na prelomenie ľadov, vzájomné spoznanie sa jednotlivých členov skupiny a vytváranie vzťahov založených na dôvere. Každý zistil o svojom susedovi tri fakty formou ľubovoľných otázok a následne ho predstavil celej skupine.

Ďalšou úlohou dôležitou pre prácu v skupine je stanovenie základných pravidiel: vzájomne sa počúvať, byť k sebe priateľskí, rešpektovať dôvernosť zverených informácií, prijať názory iných, byť aktívny. (Príloha C, obr.5)

Cieľom všetkých aktivít školenia bolo formovať charakter skupiny a pripraviť ich pre prácu podporovateľa. Niektoré z množstva aktivít realizovaných počas stretnutí:

Problémy, o ktorých si deti môžu chcieť prehovoriť je aktivita na zamyslenie sa nad problémami. Výstupom bolo zamyslieť sa nad rôznorodosťou problémov, s ktorými nás môžu spolužiaci vyhľadať. Každý účastník predniesol nejaký problém, s ktorým by za ním spolužiaci mohli prísť.

Vlastnosti ideálneho podporovateľa- dobré- zlé- nepodstatné . Pri aktivite každý dostal niekoľko papierikov s vlastnosťou podporovateľa, pričom jednotlivec zvažoval charakter vlastností. Aktivita bola sprevádzaná s diskusiou o možnosti zaradenia do skupiny dobré, zlé, nepodstatné. (Príloha C, obr.6)

Predsudky – táto aktivita umožňuje pochopiť dôsledok unáhlených súdov, predsudkov a stereotypov. Podľa obsahu tašky s rôznymi predmety sa skupina snaží popísať osobu, o ktorej si myslíme, že jej veci patria.

Umenie počúvať spočívalo v pozorovaní rôznych reakcií pri určovaní základných prvkov dobrého počúvania.

Výsledkom školenia bola kompaktná skupina pripravená pre realizáciu programu CHIPS. (Príloha D, obr.7) Každý z účastníkov získal aj doklad o jeho absolvovaní – certifikát podporovateľa. (Príloha E. obr. 9)

Priebeh školenia bol zdokumentovaný aj televíziou RTVS a bol podkladom pre televíznu reláciu Fokus rodina.

### **4.3 Činnosť podporovateľov po školení**

Úlohou podporovateľov je nielen realizácia samotného programu, ale aj zabezpečiť informovanosť o programe. Podnietiť žiakov k tomu, aby nás vyhľadali v prípade, že nejaký problém majú a získať si ich dôveru.

Každý utorok po vyučovaní sa ako skupina spolu s pedagógom supervízorom stretávame a rozprávame sa o realizácii činnosti, vymieňame si skúsenosti, diskutujeme o našich postrehoch, predkladáme návrhy, plánujeme aktivity pre žiakov školy.

Pripravené aktivity sú zamerané hlavne na rozvoj psychosociálnych zručností žiakov a sú realizované počas vyučovacích hodín predmetu Osobnostný a sociálny rozvoj a na triednických hodinách. Príprava aktivít nespočíva len vo výbere a zhotovovaní pomôcok na danú aktivitu, ale hlavne v ich praktickej realizácii - nácviku.

V mesiaci október 2013 sme sa so žiakmi jednotlivých tried stretli ako podporovatelia po prvýkrát a preto bolo toto prvé stretnutie zamerané na poskytnutie

informácií o programe a na aktivity vedúce k zoznámeniu. Cieľom zoznámenia bolo predstavenie podporovateľov a zoznámenie sa žiakov v skupine, keďže aktivity boli realizované hlavne v triedach prvých ročníkoch. V úvode stretnutia sme im predstavili program CHIPS. Stručne sme ich oboznámili s cieľmi programu CHIPS a s možnosťami ktoré ponúka. Upresnili sme miesto a čas možných stretnutí, kedy a kde sa môžeme stretnúť pri rozhovoroch o možných problémoch. Zdôraznili sme, že sme viazaní sľubom mlčanlivosti.

Na zoznámenie a navodenie priateľskej atmosféry sme použili techniky Bingo a Tri pravdy a lož. [4] (Príloha K)

Členovia rovesníckej skupiny nie sú len vedúcimi a organizátormi, ale aktívne sa zapájajú a sami sa zúčastňujú na realizácií jednotlivých techník.

Na začiatku techniky Bingo boli žiaci najskôr nesmelí no potom sa uvoľnili a v triede nastala priateľská a veselá nálada. Pri technike Tri pravdy a lož sa všetci snažili zamaskovať tvrdenia o sebe, aby spolužiaci hneď neuhádli o kom tvrdenia sú. Ako lož o sebe uvádzali všeobecne známe pravdy o spolužiakoch, a tak zavádzali spoluhráčov.

Prvé stretnutia chipsákov s prvákmi splnili svoj účel, lebo prispeli k priateľskej atmosfére v triede. Žiaci sa lepšie spoznali a dozvedeli sa o svojich spolužiakoch nové fakty a zaujímavosti.

Témou novembrových stretnutí bola komunikácia. Danú tému sme zvolili z dôvodu prudkého rozmachu sociálnych sietí a posunu do úzadia komunikácie tvárou v tvár. Vybraným technikám predchádzal rozhovor na tému komunikácia. Rozprávali sme sa o význame verbálnej aj neverbálnej komunikácie a množstve informácií ktoré získavame takýmito formami. Diskutovali sme aj o nástrahách sociálnej komunikácie.

Na stretnutiach sme realizovali techniky Čo sa zmenilo (Príloha K), Pexeso (Príloha L) a Slepý štvorec (Príloha M) [4]

Počas hry Čo sa zmenilo boli žiaci veľmi kreatívny a prekvapili mnohými nápadmi na zmenu. I napriek snahe o nezistiteľné zmeny všetky rozdiely boli odhalené. Pravdepodobne preto, že sa žiaci v priebehu troch mesiacov dobre spoznali a vedeli čo ku komu patrí, čo je pre neho typické.

Technika Pexeso bola prívalom energie. Komické znázorňovanie tváričiek smajlíkov nenechalo ani jedno oko suché.

Pri technike Slepý štvorec sa podarilo poukázať na význam neverbálnej komunikácie. Vytvorenie obrazcov keď videli a nemohli sa rozprávať bolo veľmi

jednoduché. Opačná situácia, nevidieť a môcť rozprávať bola oveľa náročnejšia a vyžadovala si veľkú spoluprácu hráčov. Nastala situácia pre prejavenie dominantných a vodcovských typov v skupine

V decembri 2013 sme žiakom chceli priblížiť čaro vianočných sviatkov. Úvodom hodiny sme sa žiakom snažili priblížiť pozitívnu stránku vianočných sviatkov. Motivovali sme žiakov niekoho obdarovať realizáciou techniky Darčeky (Príloha M), kedy žiaci fiktívne obdarovali spolužiakov rôznymi darčekom. [4] (Príloha F, obr.9)

Každý sa snažil vybrať taký darček, ktorý by nebol len prázdny gestom, ale aby urobil obdarovanému radosť. Bolo príjemné sledovať atmosféru v triede pri výbere darčekom ale hlavne pri ich odhaľovaní. Žiaci mali radosť, ako keby boli darčeky reálne a nie len fiktívne. Najväčší úspech mala táto hra v prime. (Príloha F, obr.10)

Posledný vyučovací týždeň pred vianočnými prázdninami sme pre všetkých žiakov školy zorganizovali akciu Vianočné tvorivé dielne. Cieľom bolo v škole vytvoriť príjemnú vianočnú atmosféru a priateľské prostredie. V kolektíve žiaci zdobili medovníky, z cestovín zhotovovali postavičky anjelikov, maľovali vianočné ozdoby, tvorili odliatky zo sadry. (Príloha G, obr.11) Počúvali sme pritom vianočnú hudbu, rozprávali sa a zároveň robili dobrú vec. Do akcie sa zapojilo asi päťdesiat žiakov, ktorí boli ochotní prispieť nielen svojou zručnosťou, ale priniesli aj vlastný materiál, napiekli medovníky.

Hotové výrobky sme posledný vyučovací deň v školskom roku rozdávali žiakom a personálu školy. Reakcie obdarovaných boli veľmi pozitívne. Niektorých žiakov veľmi prekvapilo, že dostali darček len tak. (Príloha G, obr.12)

Táto aktivita mala u všetkých veľký úspech, a preto by sme ju chceli opakovane organizovať každoročne.

#### **4.4 Účast' na konferencii**

12. decembra 2013 sme sa zúčastnili na III. pracovnej konferencii detských podporovateľov CHIPS, kde sa stretli detskí podporovatelia spolu so svojimi koordinátormi z radov pedagógov a psychológov. Cieľom stretnutia nových i zabehnutých chipsákov bolo zdieľanie skúseností s vrstovníckou podporou, ktorá sa na ich školách realizuje. Hovorilo sa hlavne o spôsoboch, ako dať o sebe a svojej činnosti vedieť medzi spolužiakmi. Každá škola prezentovala svoju činnosť na škole formou krátkej prezentácie. (Príloha D, obr.8)

Vystúpenie jednotlivých skupín bolo pre nás inšpiráciou na ďalšiu prácu. Podľa vzoru našich kolegov by sme v budúcnosti chceli napríklad pripravovať rozhlasové relácie, zaviesť systém posielania správ podporovateľom pomocou mailu, a tak zefektívniť realizáciu programu na škole.

Súčasťou konferencie boli tvorivé aktivity – návrh letáku propagujúceho Linku detskej istoty, ktorý má osloviť deti, aby sa nebáli linku, v prípade potreby, kontaktovať.

#### **4.5 CHIPS z pohľadu pedagógov a podporovateľov**

Jednou z foriem realizácie programu na našej škole je praktická realizácia aktivít a interaktívnych hier, ktoré sú zamerané na psychosociálny rozvoj žiakov našej školy, počas triednických hodín a na vyučovacích hodinách predmetu osobnostný a sociálny rozvoj.

Pedagógovia sú počas vyučovacej hodiny prítomnými pozorovateľmi, podľa potreby podporovateľov metodicky usmerňujú, pomáhajú udržiavať disciplínu žiakov v triede. Neskôr so žiakmi danú problematiku rozvíjajú. Z témy tiež pedagógovia čerpajú námety na diskusiu počas ďalších vyučovacích hodín.

Formou voľného rozhovoru sme zisťovali názory pedagógov na činnosť podporovateľov. Pýtali sme sa na názor na projekt ako taký a na pozitíva, či negatíva práce podporovateľov na vyučovacích hodinách.

Pedagógovia uviedli, že žiaci vhodne volenými aktivitami na hodinách Osobnostný a sociálny rozvoj vytvárali príjemné prostredie, ktoré podporovalo niektoré schopnosti žiakov, ako napríklad učiť sa počúvať, dbať na to, čo ten druhý nielen hovorí, ale aj ako to hovorí, vyberať adekvátne výrazové prostriedky.

*„Pozitívne oceňujem nadšenie žiakov, ktorí sú do tohto programu zapojení a vďaka ktorým som mala možnosť realizáciu tohto programu sledovať na hodinách.“*

(Ing. Katarína Shánělová, zástupca riaditeľa školy, vyučujúca predmetov OSR a ETV)

*„Zlepšuje možnosť bližšieho nekonvenčného prístupu žiaka k žiakovi, ku kolektívu, ku škole.“* (Mgr. Pavel Petrina, vyučujúci predmetu OSR)

*„Iniciatíva vychádzala zo strany starších spolužiakov, preto im to bolo príjemné. Vrstovníci im ponúkli pomoc a radu, čo bolo prínosom.“* (Mgr. Andrea Haninová, triedna učiteľka OG)

*„Zábavnou a zaujímavou formou pomáhajú žiakom, aby spoznávali svoju osobnosť, taktiež svojich spolužiakov.“* (RNDr. Jarmila Trepáčová, vyučujúca OSR)

Pedagógovia pozitívne hodnotili realizáciu programu prostredníctvom vrstovnickej podpory. Podporovatelia boli podľa ich názoru na hodinách aktívny a žiakov viedli k tomu, aby sa svoje problémy nesnažili riešiť samostatne.

Priaznivé bolo vyjadrenie pedagógov k schopnosti podporovateľov adekvátnou formou, svojím konaním, predísť impulzívnym reakciám žiakov a v programe vidia veľkú perspektívu.

Názory na program CHIPS sme formou voľného rozhovoru zisťovali aj zo strany podporovateľov. Pýtali sme sa hlavne na to, čím je program pozitívny pre nich a čo im prináša.

Pre podporovateľov program ponúka možnosť osobnostného rastu a rozvoja, takmer samostatne viesť vyučovaciu hodinu, pomáhať a byť užitoční. Toto nadšenie a entuziazmus žiakov sú veľkým prínosom pre program, čo postrehli aj pedagógovia zúčastnení na programe.

Jeden z podporovateľov priznal, že pred zapojením sa do programu pociťoval znížené sebavedomie, mal horšie komunikačné schopnosti, problém vystupovať pred ľuďmi, bol hanblivý. To však nemusí byť vždy nevýhodou.

*„Tento program ma naučil byť sebaistejším a dôverovať si, otvorenejšie komunikujem.“* (Ludo, podporovateľ, 18 rokov)

Program je zároveň alternatívou využitia voľného času. Podporovateľ Lad'ó uviedol, že pre neho je program efektívnym využitím voľného času.

*„Nerád len tak nečinne sedím. Mám dobrý pocit, keď som užitočný.“* (Lad'ó, podporovateľ, 19 rokov)

Soňa sa programu venuje preto, že sa chce v budúcnosti stať psychologičkou a nadobudnúť potrebné skúsenosti pre prácu s ľuďmi.

*„Rada pomáham ľuďom a som komunikatívna. Tiež by som chcela študovať psychológiu a v programe vidím príležitosť vyskúšať si riešiť reálne konflikty s mladými ľuďmi.“* (Soňa, podporovateľ, 18 rokov)



*„Páči sa mi myšlienka pomoci deťom, ktoré to potrebujú. Každý mladý človek má práva cítiť sa bezpečne a my im práve toto chceme dopriať.“* (Andrea, podporovateľ, 17 rokov )

*„Rád by som týmto pomohol žiakom, ktorí sa cítia zle v škole, alebo sú druhým na posmech. Chcel by som to skúsiť.“* (Tomáš, podporovateľ, 18 rokov )

*„Chcem pomôcť žiakom, ktorí to potrebujú a aj získať skúsenosti do budúcnosti.“*  
(Monika, podporovateľ, 16 rokov )

*„Chips je program, ktorý ma zaujal a myslím si , že pomáhať žiakom je potrebné.“* ( Michal, podporovateľ, 18 rokov )

Všetci podporovatelia zapojení do programu majú pozitívny názor na tento program.

#### **4.6 Miera informovanosti žiakov o programe CHIPS**

Aby bola realizácia programu na škole efektívna a program naplnil svoje ciele, je veľmi dôležité dbať na jeho propagáciu na škole. Predpokladali sme, že žiaci sú dostatočne informovaní o programe. Najmä o tom, čím sa zaoberá, kto sú to podporovatelia, prečo chodia na ich hodiny .

Pre overenie miery informovanosti sme rozdali žiakom anketové lístky s tromi otázkami, ktorej cieľom bolo percentuálne vyjadriť informovanosť o programe CHIPS na škole. Predmetom prieskumu boli žiaci prvého, druhého a tretieho ročníka štvorročného gymnázia.

Prvá otázka zisťovala mieru informovanosti o programe vo všeobecnosti. 87% žiakov uviedlo, že program poznajú a len 13 % nemá o programe žiadne informácie. (Príloha H , graf 1)

Predpokladali sme, že k tejto otázke sa pozitívne vyjadria všetci žiaci prvého ročníka a menej informovaní budú žiaci tretieho ročníka, ktorých sa program v praxi najmenej dotýka. Z prvákov až 17% opýtaných nemalo o programe informácie. Pravdepodobne sú to žiaci, ktorí neboli prítomní na prvých stretnutiach, kde dostali prváci základné informácie o program.

Práve preto je nutné na každom stretnutí o programe stručne informovať. Zo žiakov 2. ročníka o program nevie 23% a zo žiakov tretieho ročníka 21%. (Príloha H, graf 2)

Druhá otázka bola zameraná na informácie o realizácii programu priamo na škole. 94% opýtaných žiakov vie, že program je na škole a že tu pracuje skupina chipsákov a len 6% sa s programom na škole nestretlo. (Príloha I, graf 3)

Tretia otázka zisťovala, či poznajú chipsákov, podporovateľov zapojených do programu na škole. Je veľmi dôležité pre program, aby boli podporovatelia žiakom známi, lebo len tak môže program fungovať, len tak sa môžu o svojich problémoch žiaci s podporovateľmi rozprávať. 80 % žiakov pozná niekoho z podporovateľov a 20% nepozná nikoho. (Príloha I, graf 4)

83 % žiakov prvého ročníka uviedlo, že niekoho pozná. Naopak 17 % uviedlo, že nepozná nikoho. V druhom ročníku odpovedalo áno 77 % žiakov a 23% odpovedalo nie. Niekoho pozná 79% žiakov tretieho ročníka, 21 % nepozná nikoho. (Príloha J, graf 5)

Pri porovnaní odpovedí na všetky tri otázky sme zistili, že žiaci vedia o tom, že sa program na škole realizuje, ale majú málo informácií o programe celkom. Je predpoklad, že nevedia ani o možnosti využiť pri riešení problému podporovateľa a svoj problém s ním prediskutovať. 94% vie o tom, že je program na škole, ale len 87% opýtaných vie o zameraní a cieľoch programu. (Príloha J, graf 6) 87% je síce vysokým percentom, ale je nedostatočné pre úspešnú realizáciu programu. Preto je nutné zvýšiť propagáciu programu na škole. Predpokladali sme, že žiaci prvého ročníka budú o programe informovaní najviac, pretože sme na nich počas tohto školského roku upriamili najväčšiu pozornosť. Žiaci druhého a tretieho ročníka sú spolužiakmi podporovateľov.

Zaujímavý je fakt, že veľa žiakov o programe CHIPS vie, nemá však o ňom dostatočnú informáciu. Preto sa činnosť podporovateľov musí vo väčšej miere orientovať nielen na realizáciu aktivít pre psychosociálny rozvoj, ale aj na propagáciu programu. Mieru informovanosti by sme mohli zvýšiť vysielaním relácií v školskom rozhlas, vytvorením propagačného letáku či propagáciou v školskom časopise.

## 5 Závery práce

Program CHIPS je na našej škole realizovaný druhý rok, pričom sme sústredili pozornosť na aktivitu podporovateľov v školskom roku 2013/2014. Naším cieľom bolo zmapovať činnosť podporovateľov v tomto školskom roku, čo sa nám úspešne podarilo. Vybraní podporovatelia sa zúčastnili školenia, kde nadobudli základné poznatky a potrebné zručnosti. Nadobudnuté poznatky podporovatelia využili v praxi, čím chceli eliminovať niektorý z rizikových faktorov ovplyvňujúci správanie žiakov. Žiaci aktivitu podporovateľov prijali ústretovo a prejavili nadšenie, pri spoznaní nových ľudí v škole.

Prieskum formou ankety ukázal, že nie všetci žiaci školy sú o programe dostatočne informovaní. Podporovatelia to vnímajú ako motiváciu do budúcnosti, kedy budeme klásť väčší dôraz na zintenzívnenie informácií o programe CHIPS. V súčasnosti už pracujeme na námetoch pre rozhlasovú reláciu, ktorú plánujeme vysielat' v pravidelných intervaloch v školskom rozhlase.

Pre program CHIPS by sme chceli mať k dispozícii v škole vlastné priestory, kde nás žiaci budú môcť zastihnúť, aby boli vytvorené podmienky pre diskretnější rozhovor.

Program CHIPS je prínosom nielen pre školu, tým že sa snaží o bezpečné prostredie na škole, ale je prínosom pre všetkých zúčastnených. Ponúka možnosť vlastnej sebarealizácie a osobnostného rozvoja.

Tým, že nie sú striktné vymedzené podmienky realizácie, každá škola si ho môže prispôbiť svojim potrebám a neustále ho rozvíjať a zefektívňovať.

## 6 Zhrnutie

Práca Realizácia programu CHIPS na našej škole podrobne dokumentuje realizáciu aktivít prostredníctvom skupiny vrstovníkov – podporovateľov - chipsákov. Realizované aktivity sú zamerané na rozvoj komunikačných a psychosociálnych zručností žiakov a snažia sa o vytvorenie priateľskej atmosféry na škole.

Práca je zameraná aj na zistenie názorov na program z pohľadu zainteresovaných pedagógov a samotných dobrovoľníkov, ktorí hodnotia program ako pozitívny a prínosný pre školu.

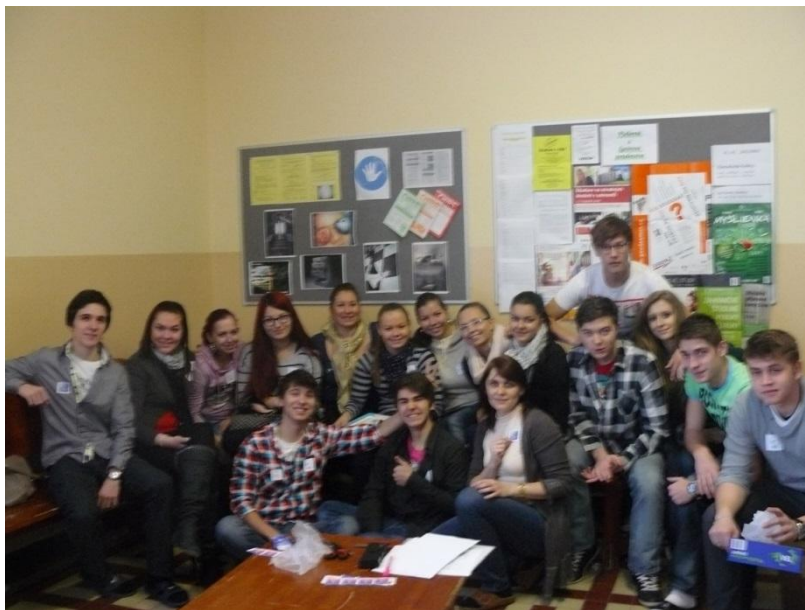
Pre úspešnú realizáciu programu je nutná informovanosť žiakov o programe, lebo len tak môžu využiť všetko, čo program ponúka. Mieru informovanosti sme zisťovali pomocou ankety. Žiaci vedia, že sa program na škole realizuje, no celkom nepoznajú možnosti, ktoré ponúka, preto je nutné informovanosť o projekte zvýšiť.

Našou prácou sme chceli inšpirovať mladých ľudí, aby sa podieľali na dobrovoľných aktivitách, ktoré sú prínosom nielen pre nich. Prácu možno použiť ako didaktický materiál pre školy, na ktorých sa program vrstovníckej podpory, CHIPS, začína realizovať.

## 7 Zoznam použitej literatúry

1. GAJDOŠOVÁ, E.: Školská psychológia, SPN, Bratislava 1998
2. IVANOVIČ, B., MATULA, Š.: Peer programy a ich miesto v prevencii drogových závislostí. Metodické centrum v Bratislave, 1998. ISBN 80-88796-87-3
3. KOLAŘÍK, M.: Interakční psychologický výcvik, Grada, Praha 2011. ISBN 978-80-247-2941-1
4. KOPŘIVA, P., NOVÁČKOVÁ, J., NEVOLOVÁ, D., KOPŘIVOVÁ, T. : Respektovat a být respektován, SPIRALA, Kroměříž, 2008. ISBN 978-80-904030-0-0
5. ŠRAMKOVÁ, M. : Správny rovesník očami svojich rovesníkov, „Ukáž mi tvojich priateľov a ja ti ukážem tvoju budúcnosť“ Prevencia. Informačný bulletin zameraný na prevenciu sociálno- patologických javov v rezorte školstva. Ročník XI 1/2012
6. ZELINOVÁ, M. : Hry pro rozvoj emocí a komunikace, PORTÁL, Praha, 2006. ISBN 978-80-7367-197-6
7. <https://www.unicef.sk/sk/ldi>
8. [http://zskomenskehoba.edupage.org/files/chips\\_charakteristikaprojektu2.pdf](http://zskomenskehoba.edupage.org/files/chips_charakteristikaprojektu2.pdf)

Prílohy



Obr. 1 Skupina podporovateľov programu CHIPS – šk. rok 2012/13



Obr. 2 Vyjadri svoj názor – príprava samolepiek



Obr. 3 Tvorivé dielne – zdobenie medovníkov



Obr. 4 Aktivity k rozvoju komunikačných a psychosociálnych zručností





Obr. 5 Školenie podporovateľov – vytvorenie pravidiel pre prácu v skupine



Obr. 6 Školenie podporovateľov – vlastnosti podporovateľa (dobré, zlé, nepodstatné)



Obr. 7 Skupina podporovateľov programu CHIPS – šk. rok 2013/14



Obr. 8 Konferencia chips



Linka detskej istoty pri SV Unicef  
v spolupráci  
s Centrom pedagogicko - psychologického poradenstva a prevencie Topoľčany

potvrďuje, že

**Dana GOČÁROVÁ**

.....  
absolvoval/a výcvikové školenie v programe vrstovníckej podpory CHIPS  
(Childline in partnership with schools) v nasledovných oblastiach

Komunikačné schopnosti a načúvanie  
Spolupráca s ostatnými ľuďmi  
Riešenie problémov  
Podpora ostatných  
Vytváranie tímu  
Zachovanie dôvernosti

.....  
Ľudmila Václavová  
koordinátor CHIPS

.....  
Alexandra Hanáková  
za CPPPaP školiteľ CHIPS

september 2013

Linka detskej istoty - non stop pre deti a mládež z celého Slovenska: 116 111

Obr. 8 Certifikát podporovateľa programu CHIPS



Obr. 9 Technika Darčeky – I. ročník



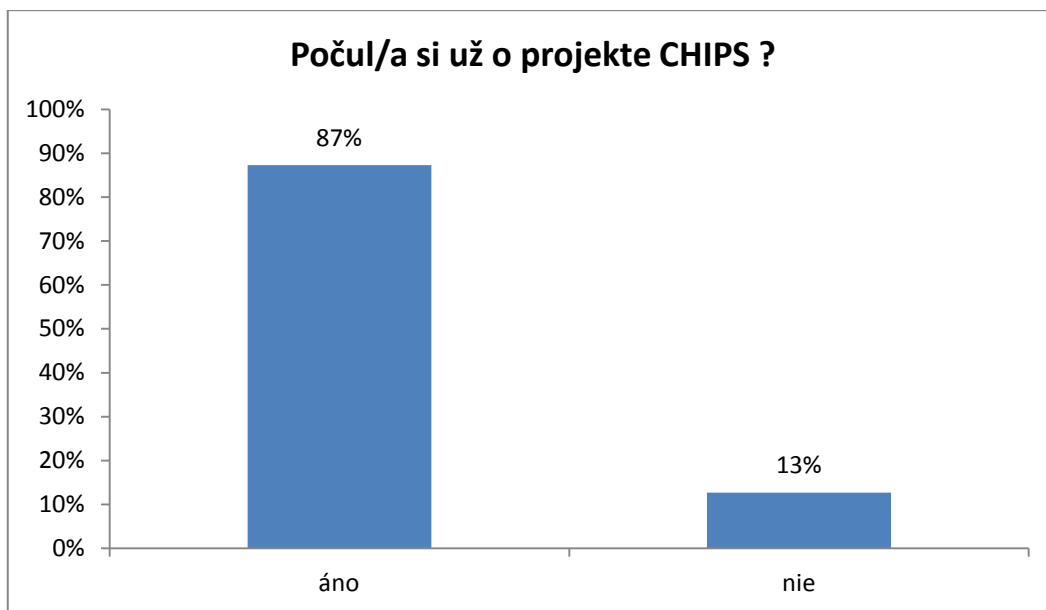
Obr. 10 Technika Darčeky – prima I.OG



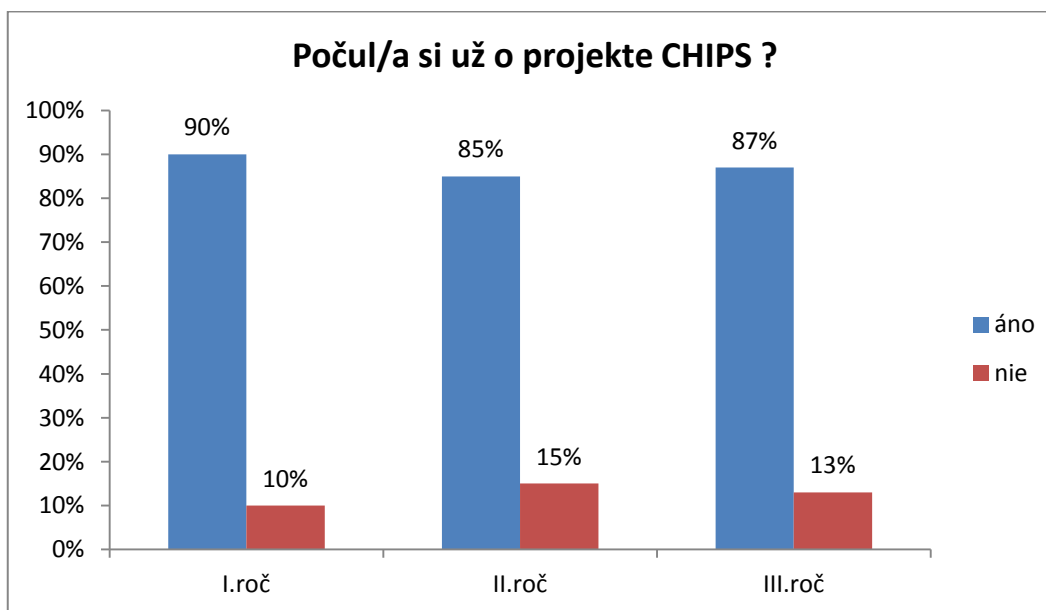
Obr. 11 Vianočné tvorivé dielne – výroba ozdôb a zdobenie medovníkov.



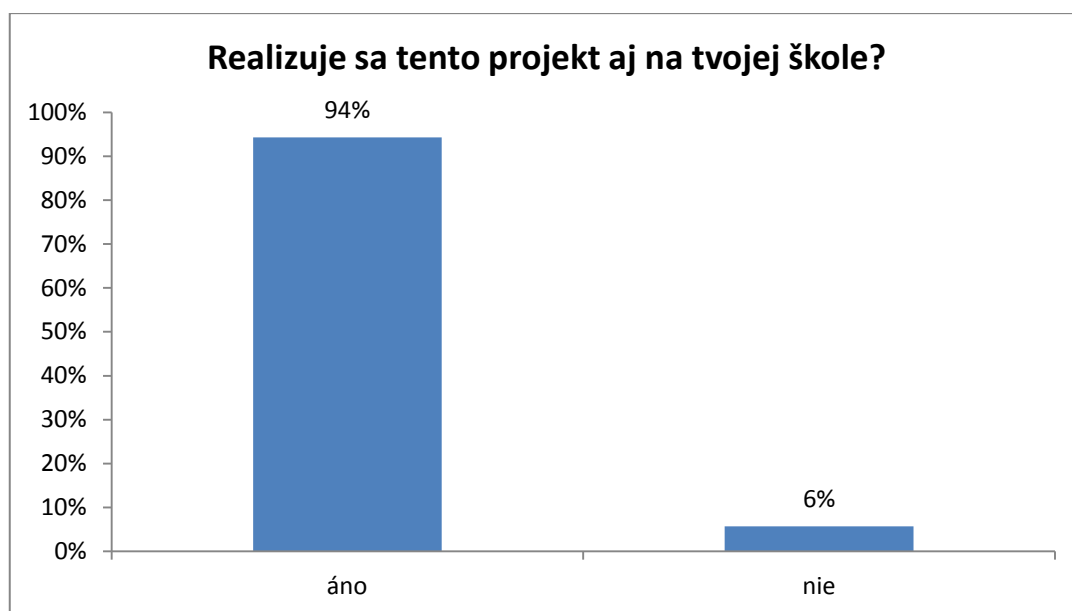
Obr. 12 Vianočné tvorivé dielne – rozdávanie darčkov



Graf 1. Odpoveď na otázku: Počul/a si už o programe CHIPS?



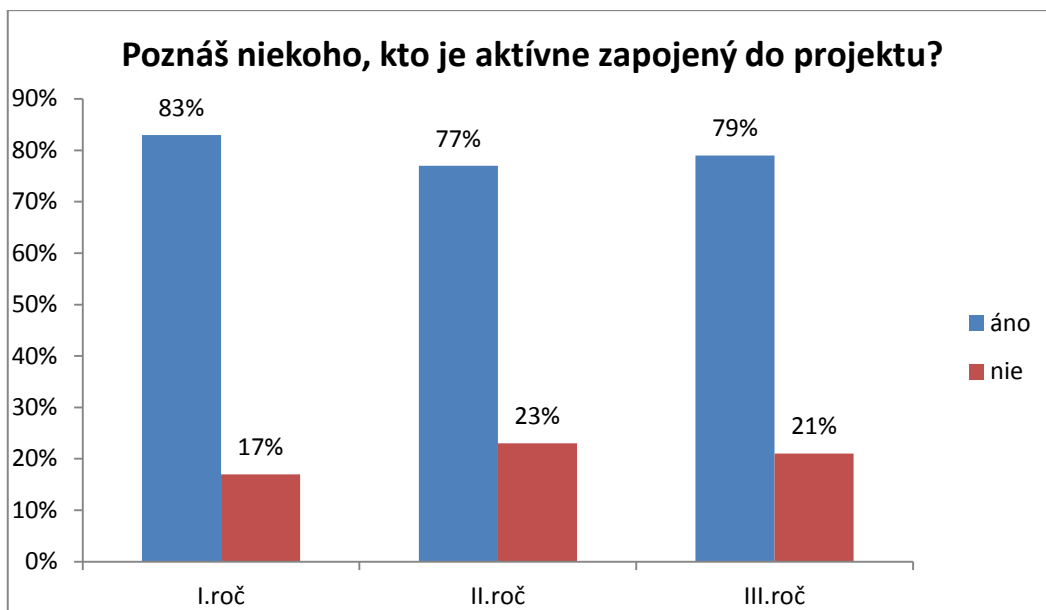
Graf 2. Odpoveď na otázku: Počul/a si už o programe CHIPS – podľa ročníkov



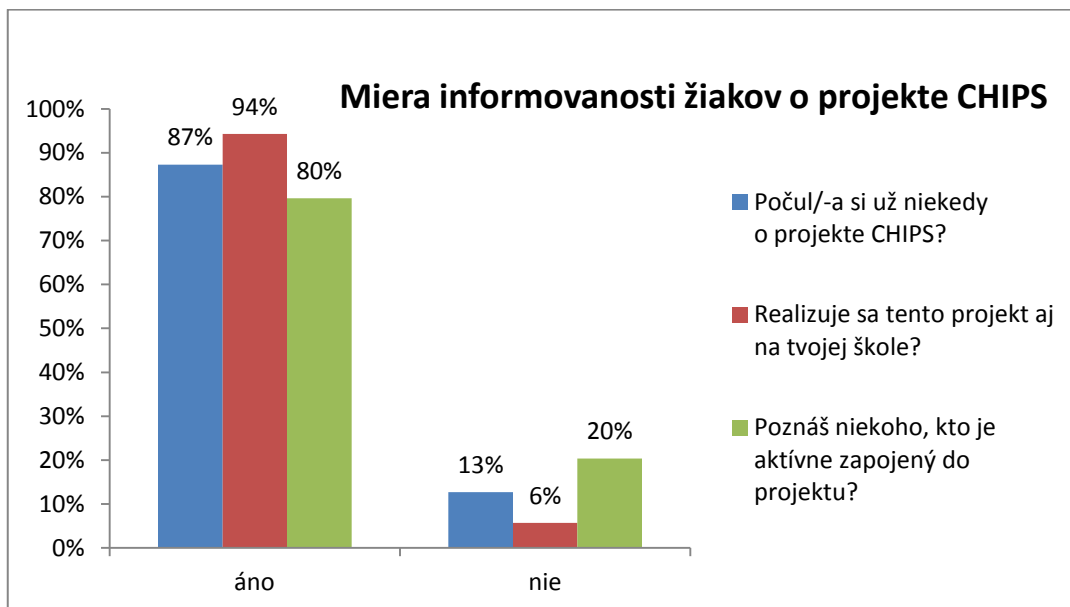
Graf 3. Odpoveď na otázku: Realizuje sa program CHIPS aj na našej škole?



Graf 4. Odpoveď na otázku: Poznáš niekoho, kto je aktívne zapojený do programu CHIPS?



Graf 5. Odpoveď na otázku: Poznáš niekoho, kto je aktívne zapojený do programu CHIPS? – podľa ročníkov.



Graf 6. Miera informovanosti žiakov o programe CHIPS – porovnanie odpovedí na všetky otázky.



## Techniky zamerané na rozvoj psychosociálnych zručností

### Bingo

*Pomôcky:* písacie potreby, pripravená tabuľka BINGO

*Realizácia:* Do tabuľky 3x3 sa vpíšu kategórie, ktoré majú hráči o svojich spolužiakoch zisťovať. (ako napr. má sestru, neje mäso, hrá na hudobný nástroj ....) Každý hráč dostane takúto tabuľku a jeho úlohou je nájsť čo najviac spolužiakov, ktorí spĺňajú dané kategórie. Hráči sa voľne pohybujú a komunikujú navzájom. Vedúci sledujú, aby informácie boli získané len komunikáciou nie odpisovaním od iných hráčov.

má zub múdrosti - osmičku	prečíta viac ako 3 knihy za rok – mimo povinného čítania	videl všetky diely SIMPSONOVCOV
zažil policajnú raziu	má rád špenát	chodí na obedy na SOŠ T.Vansovej
jazdil na koni	nemá rád RYTMUSA	hrá na hudobný nástroj

### Tri pravdy a jedna lož

*Pomôcky:* písacie potreby, papiere

*Realizácia:* Každý hráč napíše o sebe na kartičku tri pravdy a jednu lož – v rôznom poradí. Kartičky sa pozbierajú a premiešajú. Vedúci postupne číta informácie na kartičkách a hráči hádajú meno ich autora, čo je pravda a čo lož.

*Reflexia:* koho bolo najťažšie uhádnuť? Koho uhádli najrýchlejšie? Je ťažké rozlíšiť medzi pravdou a klamstvom?

### Čo sa zmenilo

*Realizácia:* skupina vytvorí dva rody s rovnakým počtom hráčov, ktoré stoja proti sebe. Počas dvoch minút pozoruje každý toho člena skupiny, ktorí stojí priamo proti nemu. Potom sa oba rady otočia tak aby už nevideli na seba a zmenia na sebe tri veci. (Môžu

spolupracovať s hráčmi, ktorí stoja v ich rade) Potom sa hráči znovu otočia k sebe a snažia sa zmeny identifikovať.

### **Pexeso – neverbálne**

*Pomôcky:* kartičky s tváričkami vyjadrujúce emócie (mračí sa, žmurká, s vyplazeným jazykom ...)

*Realizácia:* Pripravené kartičky s tváričkami sú vo dvojiciach presne ako karty pexesa. Počet kartičiek musí byť zhodný s počtom hráčov. Ak je hráčov nepárny počet môžeme pripraviť aj trojice rovnakých kartičiek tak, aby každý hráč dostal jednu kartičku. Každý hráč dostane jednu kartičku tak aby obrázok poznal len on. Nikomu ju neukazuje. Na pokyn vedúceho sa hráči snažia mimikou znázorniť obrázok na svojej kartičke a hľadať si partnera s rovnakým výrazom. Hra končí, keď má každý svoj pár či trojicu. Nasleduje kontrola zhody s výrazom a na kartičke.



**Slepý štvorec**

*Realizácia:* Na začiatku techniky stoja jednotliví hráči voľne rozmiestnení v priestore. Majú otvorené oči, ale nemôžu rozprávať. Ich úlohou je spoločne vytvoriť kruh, trojuholník a nakoniec štvorec. Druhá časť hry spočíva vo vytvorení rovnakých útvarov ale teraz majú hráči zaviazané oči – nevidia a môžu sa medzi sebou rozprávať. Na záver hry nasleduje diskusia o pocitoch počas hry. Kedy sa im komunikovala ľahšie, čo im prekážalo.

**Darčeky**

*Pomôcky:* písacie potreby, kartičky, igelitové sáčky

*Realizácia:* Každý člen skupiny dostane toľko lístkov, koľko je členov skupiny. Na každý lístok napíše dar o ktorom si myslí, že by jeho spolužiaka najviac potešil. Darček odovzdá spolužiakovi do jeho balíčka (sáčka). Keď sú všetky kartičky vypísané nasleduje odbaľovanie darčiekov. Každý si prečíta svoje darčeky a vyberie tie ktoré o najviac potešili aj tie ktoré ho prekvapili. Hra môže pokračovať tipovaním od koho darčeky sú.