Potřeby vs. hranice: Jak skrze prostředí budovat bezpečný prostor pro všechny

Zoe Guerrero
Kateřina Nováková
Markéta Boháčková
Marie Peroutková

SOFA

Dynamika potřeb a hranic: Vztah mezi prostředím a chováním

1. Respekt k potřebám žactva neznamená rezignaci na pravidla a hranice.

2. Vnímané náročné chování může být reakcí nervového systému na senzorické, kognitivní nebo sociální přetížení v daném prostoru.

3. Schopnost se soustředit, dodržovat pravidla (a další exekutivní funkce) jsou biologicky podmíněné pocitem bezpečí a přiměřenou mírou stimulace.

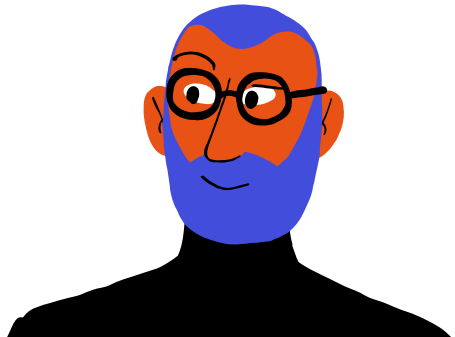
SO
FA

Fyzické prostředí jako „tichý pedagog“

- Koncept pobídek prostředí: Každý fyzický prostor svým uspořádáním, akustikou a vybavením vysílá signál, jaké chování v něm má probíhat.
- Pokud školní řád vyžaduje klid, ale prostor svým charakterem stimuluje k pohybu a hluku, vzniká systémové tření.
- Kdo nese regulační zátěž?

Funkční prostředí („tichý pedagog“): Prostor přirozeně vede chování, struktura je čitelná bez nutnosti neustálých intervencí dospělých.

Nekonzistentní prostředí: pravidla musí neustále verbálně a autoritativně vynucovat vyučující.



SO
FA

Prostorová typologie pro podporu regulace

Akční zóny

(regulace skrze pohyb)

- Prostor pro bezpečné uvolnění fyzického napětí a sycení potřeby pohybu po statické výuce.
- Nutná jasná prostorová a vizuální hranice: kde zóna začíná, kde končí a jaká v ní platí pravidla bezpečnosti.

Bezpečné ostrovy

(snížení senzorického a sociálního zahlcení)

- Místa pro regeneraci a snížení podnětů mimo hlavní komunikační tahy.
- Klíčové parametry: krytá záda, částečné vizuální oddělení, akustický útlum, jasné pravidlo nerušení.

Přechodové situace a zóny

- Šatny, chodby, fronty u jídelny, přesuny mezi učebnami.
- Místa s nejvyšší koncentrací osob a nejnižší mírou struktury, primární zdroj konfliktů a přetížení, které se pak přenáší do výuky.

SO
FA

Mikroúpravy: Senzorická hygiena a podpora autonomie



Redukce vizuálního zahlcení:

Udržování vizuálně čisté plochy v hlavním zorném poli žactva (zejména stěna s tabulí), uzavřené nebo sjednocené úložné prostory.



Optimalizace světelných a akustických podmínek:

Omezení ostrého zářivkového osvětlení (využití denního a nepřímého teplého světla), lokální tlumení hluku (úprava nohou židlí, textilní a akustické prvky, klidové zóny).



Senzorické pomůcky jako běžný standard:

Volná dostupnost pomůcek (podsedáky, pomůcky pro jemnou motoriku) pro všechny žáky*ně bez nutnosti žádat o povolení → prevence stigmatizace.



Možnost volby a kontrola nad prostředím:

Možnost zvolit si místo či pracovní polohu (v lavici, na zemi s podložkou, vestoje) posiluje autonomii.

SO
FA

Bezpečný prostor pro vyučující

1. Schopnost pedagoga, asistenta či vychovatele klidně držet hranice přímo závisí na jeho vlastní kapacitě a míře vyčerpání.

2. Nutnost zázemí pro personál s nízkou senzorickou a sociální zátěží (místo pro krátkou regeneraci mimo dosah provozního hluku).



SO
FA



Young

SOFA

Kde se cítíme dobře a proč:

- Relaxační zóna: **gauče ve třídách**, pokud je prostor, nebo na chodbě na konci na **klidném místě**
- Prostor, kde **prostě můžeme být se svými kamarády**
- **Využití starého nábytku** – třída si může **odsouhlasit vybavení** třídy
- Využití knihovny – **tichá zóna, válecí vaky** – ale krátká otevíračka, musí tam být knihovnice
- Prostory **nemusí být veliké ani draze zařízené**, stačí aby byly **dobře udělané** a k dispozici
- Prostor **musí mít pravidla** – například aby se neničilo vybavení
- Dozor je **na chodbě** a ve třídách klid, není nutné tam chodit (zkušenost ze SŠ)
- Fungoval i např. **malinký původně kabinet** pro cca 2 lidi – vznikla **bezpečná komůrka** vedle učebny – hlavní je, že tam je ta **možnost**
- Dvůr – možnost se vyvětrat, hrát basket, fotbal, fotbálek
- Změna v 1 učebně – **otáčecí židličky** s odkládacím prostorem **na nohy**





SO
FA

Kde se necítíme dobře a proč:



- Kde je **hluk a málo světla** / špatné světlo (často šatny, chodby)
- Kde jsou prostory tříd celkem **nehostinné prostředí, nepohodlné židle**, špatně se tam tráví celý den
- Sedět celý den je náročné, hodně světla ostrého, holé lavice
- Dělá **dozor bezpečí?** Nahlížením do tříd spíš ne, dobrá je **možnost za dozorem přijít**, kdyby něco
- Ale často se špatně cítíme v prostorách, **kde nefungují pravidla**, kde se něco špatného stalo
- Špatná zkušenost – kvůli dozoru **vysazené dveře**
- Jsou místa, kde nikdy nebyla dobrá atmosféra, třeba záchody – tam se dějí věci, které jsou **definitivně mimo školní řád. Záleží dost na tom, co se tam děje/stalo.**
- Problémy – **nesmíme zapojovat** neprověřené nabíječky, **zákaz** mikrovlnky nebo rychlovarky





Tohle je podzemí, kde všichni žáci 2. stupně mají skříňky. Je to zvláštní – ráno přicházíme za utrpením, ale také **potkáváme se s kamarády**, odpoledne se zas těšíme, že budeme moct odejít. Zároveň za ta všechna léta se toho tam stalo opravdu hodně od prvního dne na druhém stupni. Obecně bych řekla že je to místo plné záhadných zákoutí, ale přesto je to jedno z **našich nejoblíbenějších míst**.



Toto je hned druhé top místo, každou přestávku je tam narváno. Hodně se mi líbí, že máme **svobodu v přemisťování sedaček** a je tam vždy taková **pohodová atmosféra.**

SO
FA





Vyhovuje nám, že je tu hlavně **gauč**, super jsou v těchhle měsících **i ty deky a zároveň stoly**, u kterých se dá učit nebo jen tak sedět. Jsou to nejkomfortnější místa ve škole.

SO
FA



SO
FA

Náčrt relaxační zóny z prvního stupně ZŠ. Zóny, kam si děti a studující mohou zalézt, nemusí být veliké, už **vůbec ne celé místnosti**. V téhle třídě je vzadu kabinet, do kterého mají děti přístup během přestávek. Mohou si sednout a schovat se v tomhle koutku, pokud chtějí/potřebují. Není to velký prostor, ale na nějaké uklidnění nebo odreagování během dne to stačí. To je podle mě důležité.

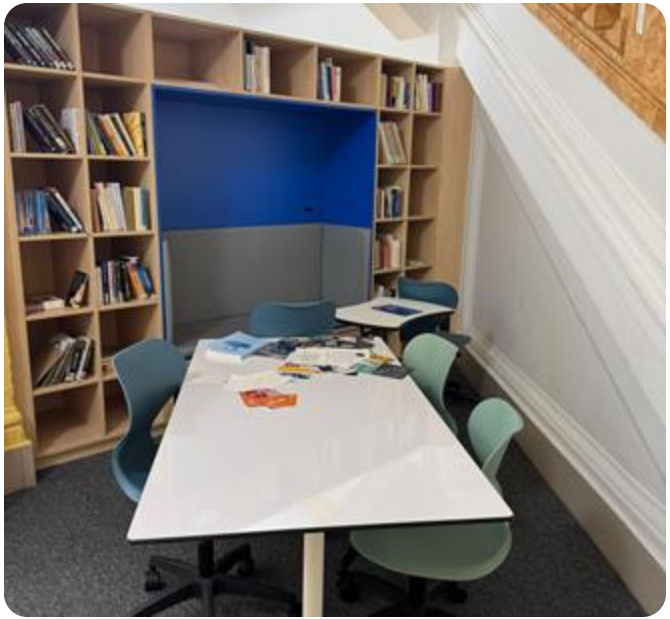




SOFA

Prostory – vybavené, ale vnímané i negativně – působí sterilním dojmem



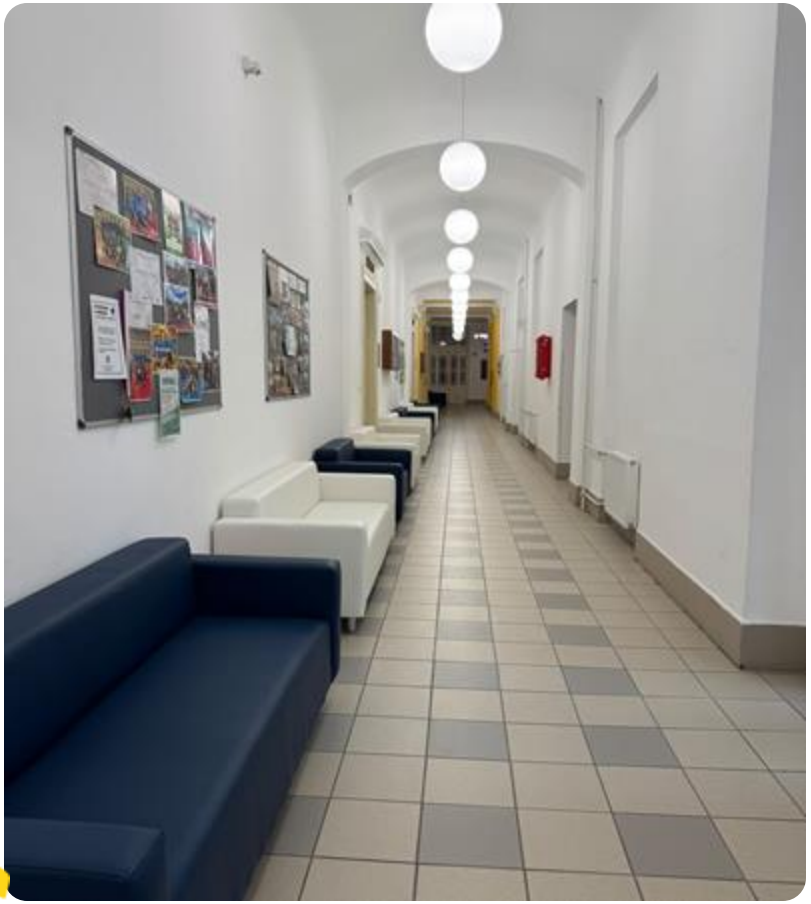




SOFA

SO
FA





Děkujeme za pozornost

SOFA