

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu

Dobrodružství a jeho vliv na člověka

Diplomová práce

Vedoucí diplomové práce:
Mgr. Radka Bačáková, Ph.D.

Vypracoval:
Bc. Jaroslav Fojtů

Praha, 2023

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem závěrečnou bakalářskou práci zpracoval samostatně a že jsem uvedl všechny použité informační zdroje a literaturu. Tato práce ani její podstatná část nebyla předložena k získání jiného nebo stejného akademického titulu.

Bc. Jaroslav Fojtů

V Praze, dne

.....

.....

Poděkování

Rád bych touto cestou poděkoval Mgr. Radce Bačákové, Ph.D. za trpělivost, dobré nápady a plodné konzultace. Velké díky patří i všem respondentům za čas, který věnovali výzkumu.

ABSTRAKT

Název práce: Dobrodružství a jeho význam v životě

Cíl práce: Cílem práce je pomocí ankety zjistit, kde se běžná populace setkává s dobrodružstvím v rámci dospívání, jaké aktuální emoce při tom prožívá a jak vnímá dlouhodobý vliv těchto dobrodružství. Tato zjištění by spolu s teoretickými východisky měla poskytnout dostatek informací pro obohacení stávajících dobrodružných programů a dále sloužit jako podklad pro další vědeckou práci.

Metody: Výzkum je tvořen metodou dotazníkového šetření za využití námi sestavené ankety „*Dobrodružství a jeho vliv na dospívání*“ zjišťující emoce v rámci prožitého dobrodružství a subjektivní vnímání jeho dlouhodobého vlivu. Sběr dat proběhl od 15. 8. 2023 do 5. 9. 2023 a výzkumný vzorek čítal 127 respondentů starších 20 let věku. Následně byla anketa vyhodnocena.

Výsledky: Respondenti nejčastěji zažili dobrodružství na letním táboře (48%) a v rámci turismu (44,1%). Uvedli, že v rámci dobrodružných aktivit zažili nejčastěji vzrušení (59,1%), adrenalin (52%) či opuštění komfortní zóny (40,2%). 96,7% respondentů si myslí, že na ně prožitá dobrodružství měla dobrý vliv. Nejčastěji uvedli, že na ně měla prožitá dobrodružství pozitivní vliv v oblasti zlepšení sebedůvěry (44,1%), fyzické odolnosti (36,2%) či řešení problémů (42,5%). Jako nejčastější negativní emoce zažívané při dobrodružných aktivitách pak respondenti uváděli nejistotu (44,1%), nervozitu (48,8%) a strach (44,1%), nicméně v podstatě neuvedli dlouhodobé negativní přínosy. Součet procentuálních bodů překračuje 100 díky možnosti více odpovědí.

Závěry: Respondenti se s dobrodružstvím setkávali nejčastěji na letních táborech, v rámci turismu, v turistickém oddíle, na školní akci a při adrenalinových sportech. Zažívali při nich celou škálu pozitivních emocí od vzrušení po sounáležitost s ostatními. Vnímají, že na ně prožitá dobrodružství měla pozitivní vliv v mnoha různých oblastech od zlepšení sebedůvěry po otevřenost novým zážitkům. Vyznačují i širokou škálu aktuálních negativních emocí při dobrodružných aktivitách, ale tento fakt se neprojevuje na dlouhodobých negativních vlivech dobrodružství – vznik traumatu odpovědělo pouze minimum respondentů.

Klíčová slova: dobrodružné aktivity, dobrodružné programy, výzva, dospívání, emoce

ABSTRACT

Title of the Thesis: Adventure and Its Significance in Life

Objective: The aim of this thesis is to use a survey to determine where the general population encounters adventure during adolescence, what emotions they experience during these encounters, and whether these experiences have an impact on shaping an individual's personality. These findings, along with theoretical foundations, should provide enough information to enrich existing adventure programs and serve as a basis for further scientific research.

Methods: The theoretical part of the thesis is conducted through a literature review. The research is carried out through a survey and its subsequent analysis. Data collection took place from August 15, 2023, to September 5, 2023, and the research sample consisted of 127 respondents older than 20 years of age. Data were analyzed using Microsoft Excel and Google Forms.

Results: Respondents most commonly experienced adventure at summer camp (48%) and in the context of tourism (44.1%). They mentioned that in the context of adventurous activities, they most frequently experienced excitement (59.1%), adrenaline (52%), or stepping out of their comfort zone (40.2%). 96.7% of respondents believe that the adventures they've had had a positive impact on them. They most commonly stated that these adventures had a positive impact on their self-confidence (44.1%), physical resilience (36.2%), or problem-solving (42.5%). As the most common negative emotions experienced during adventurous activities, respondents mentioned uncertainty (44.1%), nervousness (48.8%), and fear (44.1%), but essentially did not mention long-term negative effects. Results exceed 100 due to multiple choice answers.

Conclusions: Respondents most frequently encountered adventure at summer camps, during tourism activities, in hiking groups, or during school events, as well as in adrenaline sports. They experienced a range of positive emotions, from excitement to a sense of camaraderie with others. They perceive that the adventures they had had a positive impact in various areas, from improving self-confidence to being open to new experiences. They also reported a wide range of current negative emotions during adventurous activities, but this did not translate into long-term negative effects of adventure, as only a minority of respondents reported experiencing trauma.

Keywords: adventurous activities, adventure programs, challenge, adolescence, emotions

Obsah

1 Úvod	1
2 Teoretická východiska.....	3
2.1 Dobrodružství	3
2.1.1 Dobrodružství etymologicky	3
2.1.2 Dobrodružství pohledem aktivit v přírodě	4
2.1.2.2 Pojmy spojené s dobrodružstvím	7
2.1.3 Dobrodružné aktivity v dnešní společnosti	10
2.1.3.1 Dobrodružné organizace	11
2.1.3.2 Tábory.....	13
2.1.3.3 Teambuildingové akce	13
2.1.3.4 Dobrodružný turismus	14
2.1.4 Dobrodružství ve škole.....	15
2.1.4.1 Seznamovací, adaptační kurzy	15
2.1.4.2 Sportovní kurzy	16
2.2 Dospívání	17
2.2.1 Vliv dobrodružných aktivit na dospívající.....	18
3 Výzkumná část.....	20
3.1 Metodika výzkumu.....	20
3.1.1 Výzkumné otázky	20
3.1.2 Cíl výzkumu	20
3.1.3 Výzkumný soubor	20
3.1.4 Metody tvorby dat	21
3.1.5 Metody analýzy dat	22
3.1.6 Etické aspekty výzkumu	22
4 Výsledky výzkumu.....	23
4.1 Socio – demografická charakteristika vzorku	23
4.2 Vzorce zažívání dobrodružství.....	24
4.2.1 Oblasti zažívání dobrodružství	24
4.2.2 Pozitivní přínosy dobrodružství	27
4.2.3 Negativní přínosy dobrodružství	29
4.2.4 Další dobrodružné zázemí	31
5 Diskuse a závěr	35
6 Seznam použité literatury.....	39
7 Seznam obrázků, příloh a grafů	44
8 Přílohy	46
Použitá anketa.....	46

1 Úvod

Problematika dobrodružství v rámci dospívání je v poslední dekádě velmi aktuální téma. Děje se tak hned z několika důvodů – jednak dochází k významnému rozvoji skautských a dalších oddílů pracujících s dospívajícími v oblasti aktivit v přírodě a jednak jsou dobrodružné aktivity pravidelněji zařazovány do programu rozličných vzdělávacích kurzů a mimoškolních aktivit s cílem zlepšení efektivity kurzu. Dlouhodobě také stoupá zájem o dobrodružnou turistiku a expedice. Tyto aktivity jsou podporovány na většině úrovní organizačních řetězců, nestojí o ně pouze uvědomělí učitelé či oddíloví vedoucí, ale i vedení škol, organizací či MŠMT. Směr je to bezpochyby správný – potřebu výzvy a dobrodružství v programech pro dospívající popisují renomovaní autoři jako Neuman (2001) či Barret, Greenaway (1995), pozitivní vliv kooperativních a dobrodružných her vyzdvihuje například studie Kalkusové (2009). V současné době, kdy vlivem digitálního světa a odloučení kvůli epidemickým opatřením významně přibývá psychických onemocnění mezi dospívajícími, se téma stává ještě aktuálnějším.

Z osobní zkušenosti a zkušeností kolegů z oboru je zřejmé, že dospívající o dobrodružné aktivity stojí, prožitky si užívají a z programů se vrací s nadšením. Jak už jsme zmínili, v odborné literatuře jsou popsány blahé vlivy dobrodružství především na školní kolektivy a další skupiny, konkrétní mechanismus zlepšení jednotlivých ukazatelů díky dobrodružnému prožitku nicméně chybí. Na tom se shodují i renomovaní autoři, mj. Sibthorp (2007), či Priest (1999). I kvůli tomu dochází k vyřazování některých dobrodružných aktivit z obsahu, anebo zařazování nefunkčních programů či her.

Na základě výše uvedeného jsme se rozhodli pro toto téma diplomové práce, ke kterému mám blízký vztah. Tato práce by měla sloužit jako jeden se stavebních kamenů při práci na výzkumu na dané téma, který by měl objasnit, jak ke zmíněným výsledkům dochází a měl by jasně určit, jaké emoce při

dobrodružství účastníci zažívají a jak vnímají jejich dlouhodobý vliv na utváření jejich osobnostních rysů.

2 Teoretická východiska

2.1 Dobrodružství

Přestože se s pojmem *dobrodružství* často setkáváme, tak ho překvapivě není vůbec lehké definovat. Ne snad kvůli tomu, že by se jednalo o pojem vágní, ale především pro komplexnost a subjektivnost problematiky. Budeme proto při snaze o definici vycházet z prací několika autorů a na věc nahlédneme nejen z pohledu etymologického, ale především z pohledu aktivit v přírodě.

2.1.1 Dobrodružství etymologicky

Významu slova dobrodruh se Jirásek (2005) věnuje následovně – rozděluje ho na dvě části a to dobro a druh, čili druh dobra. Ve významu těchto slov nachází platónský ideál, kde je za nejvyšší hodnotu bráno dobro, jelikož je cílem a způsobem našeho jednání a objektem našeho uvažování. Dodává, že dobro v takovém slova smyslu nelze protlačit do každé dobrodružné situace, měli bychom o to ale usilovat. Dále říká, že pokud si při přípravě dobrodružství budeme uvědomovat cíl chystané aktivity a soustředit se na toho, komu tím prospějeme, čili komu tím způsobíme dobro, lze se na této platónské cestě za dobrem udržet.

Podle Ewert, Sibthorp (2014) kořeny slova dobrodružství vychází z francouzského termínu *aventure* čili dobrodruh, které se vyvinulo z latinského *adventurus*. Tento termín obsahuje prvky risku, nebezpečí a nejistotu výsledku. Latinské slovo "adventura" pochází z latinského slova "advenire," což znamená "přijít" nebo "přibýt." Toto slovo se používalo v křesťanském liturgickém kontextu pro označení příchodu nebo příchodu Ježíše Krista na svět, tj. Narození Ježíše. Tímto způsobem byla slova "adventura" spojena s očekáváním, dobrodružstvím a něčím novým, co přichází. Později se význam slova rozvinul na zahrnování různých neznámých, vzrušujících a riskantních situací, což vedlo k současnému významu slova "dobrodružství" jako dobrodružných a vzrušujících událostí nebo cest.

Frančic (2015) na základě rešerše etymologických slovníků dochází k závěru, že *dobrodružství* vychází ze slova dobrodruh, ne naopak. Dále vyvozuje, že dobrodružství může znamenat činnost, kterou vykonávají odvážní, stateční druhové. Jedná se podle něj o neobyčejné situace, kterých se dobrodruh účastní jako osoba, která je ovládaná svými myšlenkami i skutky. Dále říká, že lidé vyhledávají dobrodružství opakovaně. Poznání či zažití jednoho dobrodružství jim může zevšednit a mohou mít potřebu hledat další, větší, nové, neobyčejné. Nejedná se tedy podle něj pravděpodobně o jednorázovou potřebu něco nevšedního zažít, ale zažívat dobrodružství může být v dobrém slova smyslu návykové.

2.1.2 Dobrodružství pohledem aktivit v přírodě

Tématu se věnuje hned několik českých i zahraničních specialistů v oblasti aktivit v přírodě, každý ho popisuje jinak, ale přitom všichni velmi podobně. Například Jirásek (2005) dobrodružství popisuje jako situace, zahrnující výchovné, vzdělávací či rekreační aktivity, které jsou *napínavé* a *vzrušující*. Chytilová (2005) ho pak definuje jako situaci s nepředvídatelným výsledkem, protože tu chybí klíčová informace, která je buď neurčitá, nebo neznámá. Dále říká, že všechny tyto chvíle spojuje napětí, očekávání neznámého a nepředvídatelnost konce. Lze podle ní říci, že v takovém okamžiku překonáváme vlastní hranice a objevujeme své nové možnosti.

Tématu se obsáhle věnuje i Doc. PhDr. Jan Neuman; CSc.

Dobrodružství je kus neznámé pevniny v každém z nás, tedy psychologická veličina (Neuman, 1998b).

„Je to napětí, které vzniká vždy, kdykoliv se rozhodujeme udělat krok do neznáma, zahájit činnost, o které nevíme, jak skončí, a nedovedeme přesně určit, zda nám na to stačí schopnosti a síly.“ (Neuman, 1998a, s. 26).

O *dobrodružství* Neuman (1998b) dále dobrodružství popisuje jako touhu po něčem, co je pro nás neznámé, překonávání výzev plných překvapivých situací, je to rozdíl mezi napětím z cizího a bezpečnou jistotou. Dále říká, že bez takového napětí nemůže podle něj dobrodružství existovat. To, jak takové dobrodružství vnímáme, záleží na našich intelektuálních schopnostech, jak si přeložíme své stavy prožívání. A čím více se za své myšlené schopnosti dostáváme, tím hlubší pocit dobrodružství prožíváme. Dobrodružství zároveň podmiňuje nejen nejistotou, ale i *dobrovolností*. Dále mluví o velkém významu prožívání dobrodružství v kolektivu, jelikož nás tyto aktivity nutí nespoléhat se pouze na sebe, ale i na ostatní členy skupin (Neuman, 2000). Neuman (1998b) dále uvádí, že v sobě dobrodružství skrývá začátek něčeho nového, smělost, sílu, touhu unášet se tím, co je pro nás skryté a neznámé, kde odměnou je objevení něčeho nového.

Autorka Paulusová (2005) pak ve své publikaci *Dramaturgie a dobrodružství* vyznačuje šíři fenoménu dobrodružství z různých pohledů na problematiku. Volně rozděluje např. dobrodružství emocionálního charakteru, intelektuálního, sociálního, sebeobjevování, kreativity, dobrodružství „reality“ nebo ryze individuálního charakteru.

Frainšic (2015) ve své práci vyzdvihuje mj. i úryvky z přednáškového bloku „Chvála kroků do neznáma“, pořádanou PŠL v roce 2012, zejména pak opuštění komfortní zóny, popouštění uzdy emocím, odlišení od okolí, narušení stereotypů a tradic. (Frainšic, 2015)

Zahraniční autoři dobrodružství popisují následovně - Greenaway, Barrett (1996) obsah dobrodružství vytyčují dobrodružnými aktivitami, přírodním prostředím, skupinou a instruktory. Panicucci, Constable et al (2003) se věnují dobrodružství z pohledu programů pro děti a popisují ve své publikaci dobrodružství jako způsob, jak věci dělat, nikoliv jen v souvislosti s obsahem dané aktivity. Dobrodružné aktivity popisují jako takové, které obsahují prvky překvapení. Aktivity děti vtáhnou do děje, v rámci kterého se podílejí na něčem, co si před tím nedokázaly ani představit. Dobrodružství dále zahrnuje výzvu a riziko. Děti stojí na kraji úspěchu či neúspěchu a dostávají se do stavu

takzvaného Safe Danger, čili aktivit, kde se účastníci setkávají se zdánlivým nebezpečím (Martínková, Vágner, 2017). Priest (1990) pak popisuje dobrodružství jako podmnožinu zážitku ve volném času, podmiňuje ho však nepředvídatelnými situacemi a nejistým závěrem.

Greenaway (1996) popisuje dobrodružství jako vztah tří vzájemně závislých elementů - nové výzvodé aktivity, nové zkušenosti ve skupině a nového způsobu učení.

Ewert (2014) pak dobrodružství charakterizuje řadou faktorů - mimo jiné nejistotou výsledku, ale zároveň spokojeností a euforií v závěru. Neuman (1998b) jako další faktory vytyčuje časovou ohraničenost, dramaticnost, vyžadování plné pozornosti a soustředěnosti, opouštění stálých a jistých vazeb, spoléhání se na své schopnosti a kompetence a nejistotu návratu.

Problematika definic a definování je velmi komplikované a také zřídka kdy ukončené téma. Definice se stále vyvíjí a je potřeba na ní neustále pracovat a inovovat ji, posouvat dále stejně jako se posouváme v problematice. Zvýše zmíněného jsme dospěli knásledující definici dobrodružství: „Situace, která vzniká, když se rozhodujeme udělat krok do neznáma, zahájit činnost, o které nevíme, jak skončí, stojíme na hranici úspěchu a neúspěchu. Nedokážeme přesně určit, zda nám na to budou stačit naše schopnosti a dovednosti. Obsahuje jistou míru rizika, výzvu a prvek překvapení. Vtáhne nás do děje, často se podílíme na něčem, co jsme si před tím nedovedli ani představit.“ (Frainšic, 2015, str 34.)

2.1.2.1 Stupně dobrodružství

Dobrodružství lze rozdělit dobrodružství do čtyř stupňů. První stupeň neboli hra je taková činnost, při které jedinec či skupina pracuje pod úrovní svých běžných schopností. Z hlediska emocí, koncentrace a dovedností se zapojuje jen minimálně, tudíž od něj není vyžadováno plné nasazení. Jedná se o zábavnou a nenáročnou činnost. U druhého stupně dobrodružství již jedinec

zapouje své schopnosti více, než v prvním případě, ale situaci má stále pod kontrolou. Třetí stupeň charakterizuje jako mezní dobrodružství, kdy jedinec zažívá strach a má pocit, že situaci nemá plně pod kontrolou, ale na druhé straně cítí, že při plném zapojení svých sil lze situaci zvládnout. Ve čtvrtém stupni již nemá jedinec výzvu pod kontrolou, přeceňuje své síly a ztrácí kontrolu nad situací. Taková ztráta kontroly může vést k nehodám a úrazům. (Mortlock, 1987, en Kabrnová , 2017, str. 15)

Tyto stupně nám znázorňuje následující schéma (Obrázek 1) vztahu mezi mírou dobrodružnosti a výchovným působením.



Obrázek 1 - Stupně dobrodružství podle Mortolcka, upraveno

Dufek (1997) vyvozuje, že má nejvíce formativní účinek třetí stupeň neboli mezní dobrodružství. Hanuš (1999) připomíná, že pocity dobrodružství jsou individuální záležitostí a usuzuje proto, že i v prvním a druhém stupni mohou jedinci prožít mezní dobrodružství.

2.1.2.2 Pojmy spojené s dobrodružstvím

PROŽITEK

Fialová (1996) uvádí, že se tento pojem objevil kolem roku 1910 a následně se začal využívat v rámci terapeutických metod, založených na překonávání sebe sama, sebeobjevování, prozíravosti a rozhodnosti.

Hanuš (2009) se věnuje termínu z etymologického hlediska. Prožitek rozkládá na základ žít a předponu pro, které přikládá význam emotivnosti a aktivity. Něco, co jedinec prožil a mělo to aktivní a stimulující charakter.

Prožitek můžeme charakterizovat podle následujících znaků: komplexnost, verbální nepřenositelnost, nedefinovatelnost, jedinečnost, intencionální zaměření (Jirásek 2004), dále nenahraditelnost, individuálnost, komplexnost (Hanuš, Chytilová, 2009).

Neuman k tématu zmiňuje mimo jiné „... *prožitek vzniká z napětí mezi začátkem činnosti a jejím provedením*“ (Neuman, 2000; s. 14). Zároveň uvádí, že prožitek po skončení akce přechází ve zkušenost, která určitým způsobem může ovlivnit náš život a že je tím silnější, čím více úsilí vynaložíme pro jeho získání (Neuman, 2000)

Podle Zimmerové (2001) je prožívání znakem, které nesou všechny pohybové aktivity, tedy nejen aktivity v přírodě.

Hanuš, Jirásek (1996) mluví o zážitku jako o tom, oč v životě usilujeme. Varují však, že silné zážitky mohou být navozeny různými způsoby, které často také bývají společensky nepřijatelné záležitosti jako jsou mimo jiné alkohol či drogy.

RIZIKO, NEBEZPEČÍ

Riziko je jedním ze základních stavebních kamenů dobrodružství. Navozuje jekousi tenzi, která zážitek prohlubuje a zpravidla mu i dává samotný

obsah. I proto se nejčastěji setkáváme s dobrodružstvím v přírodním prostředí - riziko je v přírodním prostředí přirozenější a výzvy se stávají reálnější. Podle Stremba, Bisson, (2009) však správně koncipovanou hodinou můžeme vytvořit pro žáky příležitost přijímat výzvy , které jsou podobné výzvám venku, i ve třídě,.

Podle Neumana (1998a) pro nás risk v rámci dobrodružství předsavuje často ztrátu něčeho cenného. Tyto ztráty dělí na ztráty tělesné, emoční, intelektuální, sociální či duchovní, dále dle úrovně na nízké, střední a vysoké - jejich velikost záleží na vážnosti situace, kterou prožíváme. Zároveň připomíná, že bychom se v rámci dobrodružných aktivit měli vyvarovat reálného nebezpečí (2000). Hanuš (1998) pak tato rizika dělí pouze na fyzické, sociální a psychologické.

Při dobrodružných aktivitách pracujeme se subjektivní a objektivní mírou rizika. Děti vnímají riziko velké, zatímco učitel ví, že reálné riziko je minimální. (Frainšic, 2015, str. 37)

Zúčastnit se dobrodružné činnosti a neuspět v ní, to vždy přináší určitý druh ztráty. Proč tedy vstupovat do situace, kde se můžeme cítit nepohodlně a zaplatit za náš neúspěch? Hlavním důvodem je to, že takové situace nás přitahují, vzrušují, potěšují a jsou pro nás vzpružující. Skrze tyto činnosti pociťujeme nadšení a povznesení, a to díky tomu, že podstupujeme určité riziko (Neuman, 1997).

Holthoff a Eichsteller (2012) ve svém příspěvku uvádějí, že děti potřebují ve svém vývoji zažívat riziko a je to pro ně přínosné. ..

STRACH

Strach je emocionální stav člověka různé úrovně. Jedná se o jeden z mechanismů pro zachování života. Strach by měl mít každý z nás a jeho nedostatek se může podílet na ztrátě pudu sebezáchovy, což může vést k hazardu (Neuman a kol., 2000).

Podle Timken, McNamee (2012) uvádějí vysokoškolští studenti po absolvování dobrodružného didaktického kurzu strach jako jedno z hlavních témat. Také Neuman (1998) vytyčuje překonávání strachu jako jednu ze základních charakteristik dobrodružství.

Fialová (2010) pak uvádí, že v rámci dobrodružství jde mimo jiné o přijetí strachu.

VÝZVA

Výzva je, stejně jako u ostatních výše zmíněných pojmů, vcelku individuální záležitostí. To, co je pro jednoho výzva, může být pro jiného snadná, běžná věc. Ewert (1989) i Neuman (2000) spojují výzvu se samotným principem konání aktivit v přírodě.

Přítomnost výzvy je skutečně patrná v podstatě na celé škále outdoorových aktivit. Jirásek (2004) význam výzvy spatřuje především v tom, že nám pomáhá dosáhnout plného soustředění na přítomnost. Greenaway, Barrett, (1996) vyzdvihují význam překonávání výzev ve skupině, kdy dochází jednak ke vzájemné podpoře jednotlivců, tak zároveň k utužování kolektivu. Organizace Bradford Woods staví na principu výzvy v podstatě celé své dobrodružné kurikulum pro děti 6.-12. tříd.

2.1.3 Dobrodružné aktivity v dnešní společnosti

S dobrodružstvím se dnešní mladý člověk může setkat poměrně snadno a v mnoha různých oblastech. Dobrodružství může vyhledávat nejen sám, například v rámci turistiky, ale i skrze různé dobrodružné programy připravované jednak organizacemi na to zaměřenými a jednak kupříkladu ve školním kurikulu (Fialová, 2010).

V následující kapitole se budeme těmto oblastem blíže věnovat.

2.1.3.1 Dobrodružné organizace

Organizací, jejichž hlavním obsahem a cílem je dobrodružství a sebepoznání, působí v ČR celá řada. Mnohé přichází ze zahraničí, ale některé vznikly v tuzemsku.

Z organizací vzniklých v ČR je vhodné zmínit mj. Junák – český skaut, dále Pionýr, Českou tábornickou unii, asociaci Turistických oddílů, Klub českých turistů, Prázdninovou školu Lipnice či Ligu lesní moudrosti. Ze zahraničních poté mj. Outward Bound, YMCA a YWCA, anebo Project Adventure. V následujících kapitolách se věnujeme výběru z nich.

Prázdninová škola lipnice (PŠL)

PŠL vznikla jako experimentální středisko pro výchovu v přírodě v 70. letech na popud SSM. Kombinovala sportovní, umělecké a společenské aktivity a pro svou popularitu a pevnou členskou základnu funguje dodnes. Navazuje na historické proudy výchovy a pobytu v přírodě v Čechách, mj. na woodcraft či tramping, zasloužila se o rozvoj zážitkové pedagogiky v Čechách. Pořádá zážitkové a dobrodružné kurzy v obvyklé délce od 10 do 14 dnů a dlouhodobě spolupracuje s organizací Outward Bound (PŠL, 2021).

Junák – český skaut

Junák založil na počátku 20. století Benjamin Svojsík jako ekvivalent britského skauta. I přes mnohé překážky za dob okupací dnes Junák opět vzkvétá.

Podle www.skaut.cz Junák eviduje 75 650 skautek a skautů v 2297 oddílech. Tyto počty ho staví na první místo v žebříčku dobrodružných organizací pracujících s dětmi a mládeží. Skauti každoročně pořádají stovky letních táborů,

výprav i celoročních oddílů a významnou mírou tak napomáhají rozvoji v oblasti aktivit v přírodě v ČR. Skauti pracují s věkovými skupinami benjamínků (5 - 7 let), vlčat a světlušek (8 - 10 let), skautů a skautek (11 - 14 let), roverů a rangerek (15 - 21 let) a oldskautů (dospělí) (Šantora, 2012).

Pionýr

Pionýr se přes svou problematickou minulost drží mezi předními organizacemi pracujícími s mládeží na našem území. Za socialismu byl využíván jako hlavní nástroj na ovlivňování mládeže, nicméně po pádu režimu v roce 1990 pokračovala ve své činnosti jako samostatný spolek Pionýr a od ideologických základů se odprostila. Dnes se v jeho struktuře nachází desítky funkčních pionýrských skupin zajišťujících jednak letní tábory a jednak pravidelnou oddílovou činnost.

Outward Bound

Nejvýznamnější organizace přicházející do ČR ze zahraničí je bezesporu Outward Bound. Její zakladatel, německý pedagog a politik Kurt Hahn, se zasloužil o rozvoj dobrodružné výchovy v celé západní Evropě, především pak v Německu a Velké Británii. Založil mj. školu Salem či školu v Gordonstonu (Neuman, 2009).

Organizaci Outward Bound založil Hahn spolu s baronem Lawrencem Holtem v roce 1941 s cílem učit námořníky dovednosti potřebné pro přežití v průběhu druhé světové války. Po válce činnost organizace přetrvávala a postupně otevřela své brány i účastníkům z řad veřejnosti.

Dnes již organizace působí na všech světových kontinentech ve více než třiceti zemích. Významně narostl počet kurzů, jejichž náplní jsou mj. putování divokou přírodou, lezení, lanové překážky, kanoistika či jachting. Zároveň se ale zkrátila jejich délka a jsou častěji situovány do městské zástavby. Kurzy ale stále stojí na dobrodružném obsahu, překonávání výzev, učení prožitkem, rozvoji osobnosti a sociální odpovědnosti.

Hanuš, Chytilová (2009) vytyčuje základní principy Outward bound - překonávání vlastních hranic, spolupráce, sebepoznání, prožití úspěchu i neúspěchu, rozvoj fantazie. Podstatu jejich výchovy pak vidí v odkrývání našich skrytých schopností skrze hluboké prožitky.

2.1.3.2 Tábory

Letní dětské tábory jsou v České republice zajímavý a dlouhotrvající fenomén. Počátky táboření sahají do období na přelomu 19. a 20. století a i přes významné celospolečenské změny se stále těší významné oblibě.

Tábory se zpravidla odehrávají v české přírodě blízkosti lesa a vodního zdroje, trvají od jednoho do tří týdnů. Děti jsou ubytovány ve stanech, chatkách nebo teepee, účastní se herního programu a často se také podílejí na chodu tábora (Štěpánek, 2021).

Cít a vnitřní citový život se v táboře prohlubuje stykem s přírodou, občasnou samotou, jindy zase blízkým stykem s druhými a vzájemnou závislostí s nimi. Střídání úspěchu a nezdaru zvedá sebedůvěru a potlačuje komplex méněcennosti jedněch, krotí přeceňování sebe u druhých. Všechny pak učí kritickému oceňování schopností i nedostatků vlastních i cizích. Ukazuje, že v každém je něco dobrého, učí odkrývat v lidech utajené schopnosti a oceňovat každého podle jeho kladných vlastností (Provazníková, 1939. str. 71)

Kamiš (2009) se ve své práci věnuje přínosu letního tábora pro výchovu dětí a dochází k následujícím poznatkům - dětský tábor je pro výchovu přínosný, děti na něm rozvíjí svou fantazii a důvtip, nachází nová přátelství a učí se novým dovednostem.

2.1.3.3 Teambuildingové akce

„Teambuilding ve svém původním významu se zabýval budováním týmu. Zaměřoval se na rozvoj spolupráce, zvládání náročných situací, efektivní práci a komunikaci v přímém spojení s rozbořením a uvědoměním si fungování skupiny a

vědomým plánováním změn s cílem zvýšit efektivitu týmu.“ (Zahrádková, 2005, str. 21)

Hurda (2015) definuje teambuildingové akce jako takové, které jsou zaměřené na vytváření a stavění týmu v rámci organizace. Skrze svoji koncepci pomáhá rozvoji skupiny a zlepšuje práceschopnost týmu, zvyšuje jeho produktivitu a motivuje pracovníky organizace. K tomuto přispívá teambuliding především změnou prostředí a zařazením dobrodružných a zábavných aktivit. Podle Svatoše a Lebedy (2005) pak hlavní výhody teambulidngu leží mj. v budování vzájemné důvěry, rozvoji týmové komunikace či ve zrychlení skupinové dynamiky.

Na současném trhu temabuildingových akcí nacházíme aktivity následujícího typu: stmelení koletivu, zážitkové akce, budování týmu, koučink týmu, outdoor assessment, expedice, zábavné akce (Zahrádková, 2005).

2.1.3.4 Dobrodružný turismus

Beedie (2016) ve svm článku *Adventure tourism* v publikaci Routledge international Handbook of outdoor studies (Humberstone at al. 2016), popisuje dobrodružný turismus jako cestování s cílem vyhledávání dobrodružných prožitků, prožitků v přírodě a takových prožitků, které jsou spojeny s nejistotou a rizikem. Dále uvádí, že v poslední době dochází k prudkému nárůstu tohoto sociálního jevu, kdy lidé touží po opouštění bezpečnosti každodenního života intenzivnější formou, než skrze běžný turismus.

Jako znaky pak vedle cestování a objevování uvádí například nejistý výsledek, nebezpečí a riziko, výzvy, emoce, vzrušení. Dobrodružný turismus kategorizuje do Hard Adventure, kdy jsou na účastníky kladeny velmi vysoké nároky a je vyžadována účast průvodce a na Soft Adventure, kde je úroveň rizika nízká a účastníkům vystačí základní dovednosti.

2.1.4 Dobrodružství ve škole

Frainšic (2015) uvádí, že dobrodružné programy pro děti nalézáme převážně v přírodním prostředí a v ucelených blocích pro kurzovní výuku. Dále zmiňuje, že všechny tyto uvedené činnosti jsou spjaty s určitým dobrodružstvím, vyvolávají v nás silné prožitky a vedou k nabývání zkušeností. V této kapitole se proto budeme blíže věnovat sportovním a seznamovacím kurzům, které základní a střední školy nabízí.

Neuman (2001) nicméně zdůrazňuje, že dobrodružství nemusí nutně být začleněno pouze do programu různých kurzů, ale dá se využít i jako prostředek k obohacení hodin tělesné výchovy, a to nejen v přírodním prostředí, ale i v tělocvičně.

Frainšic (2015) ve své práci zmiňuje řadu autorů, kteří se věnovali sestavení dobrodružného kurikula (mj. Holt, 2015, Long, 1993, Panicucci, Constable et al, 2003). Cílem těchto publikací není nahradit klasické kurikulum školní TV, ale obohatit ho o prvky dobrodružství, které prezentují jako velmi efektivní nástroj pro zvýšení zážitků ve školní TV a tím také zvýšení motivace žáků pro pohyb.

2.1.4.1 Seznamovací, adaptační kurzy

Adaptační kurzy jsou takové vícedenní akce, které si kladou za cíl zlepšení a usnadnění sociální adaptace účastníků. Jsou to propracované pobyty, které kombinují prvky dobrodružství a zážitkové pedagogiky, zaměřené na rozvoj nově vznikajícího kolektivu a seznámení žáků mezi sebou a s třídním učitelem (Kohout, 2009).

V současnosti je pořádají především základní školy pro žáky 6. tříd a střední školy pro žáky 1. ročníků. Školy si kurzy realizují samy, anebo si na jejich realizaci najímají různé organizace.

Kohout (2009) pak ve své práci nabízí přehled organizací působících na českém trhu zaměřených právě na tyto adaptační kurzy. Jsou to mj. Prázdninová

škola Lipnice, STAN - Special Team for Adventure in Nature, Projekt Odyssea, Jules a jim, cestovní kancelář CK2 a další.

2.1.4.2 Sportovní kurzy

Základní školy v návaznosti na RVP nabízí v letní části školního roku na druhém stupni především kurzy pěší turistiky, kurz cykloturistiky a kurz vodní turistiky (Ledvinová, 2013), které jsou zaměřeny právě na putování místní krajinou. Kurzy jsou zpravidla pobytové a vícedenní. Jejich nespornou výhodou v zásadě nízké nároky na účastníky, jelikož se pohybují způsobem, který nebývá zvláště náročný na osvojení (Louka a kol, 2010). Kurzy dále splňují tři cíle totožné s cíli tělesné výchovy - zdravotní, výchovný a vzdělávací. Vybrané školy pak nabízí i netradiční kurzy, jako například kurz vysokohorské turistiky, plavání v přírodních podmínkách, lezecké kurzy či kurzy orientačního běhu (Ledvinová, 2013).

Pro teplejší počasí v letních měsících a možnost trávit více času vně ubytovacích zařízení jsou právě na těchto kurzech zpravidla zařazovány aktivity, které přímo nesouvisí s hlavním zaměřením kurzu - různé hry, bojovky a další. Tyto aktivity dodávají kurzům na atraktivitě a účastníci zde mají možnost zažít prvky dobrodružství, které například zimním kurzům často chybí.

V zimě pak školy pořádají kurzy sjezdového a běžeckého lyžování, snowboardingu a bruslení. Zde už jsou nároky na sportovní dovednosti žáků vyšší, kurzy proto nejsou tolik zaměřeny na putování jako v letních měsících, ale spíše na výuku a osvojení zmíněných dovedností. I zde jsou zařazovány hry mimo hlavní výukový program, ale pro své limity v menším měřítku, než na kurzech v letních měsících.

2.2 Dospívání

Jako zkoumané období jsme vytyčili tzv. dospívání, čili úsek mezi 11. a 20. rokem života. Toto období jsme zvolili především z toho důvodu, že daný věk jednak přináší bouřlivé změny v psychologickém, fyziologickém či sociálním rozvoji a jednak mají lidé v tomto věku nejsnazší přístup k dobrodružným aktivitám.

Dané období můžeme dále rozdělit na období pubescence (11-15 let) a na období adolescence (16-20 let). Úkolem tohoto období je příprava člověka na dospělost a její výzvy. K tomu dochází vývojem kognitivním, emocionálním či psychosociálním, především ale vývojem hormonálním (Konečková, 1996). Po ukončení těchto hormonálních změn již hovoříme o počátku tzv. adolescence.

Období je typické emoční nestálostí jedinců, kdy dochází k výraznějším projevům než v dětství či dospělosti. Chlapci a dívky znatelně projevují například strach z neúspěchu či ze situací, které by je mohly ohrozit jejich vzhled v rámci skupiny. Macek (1999) připomíná, že je důležité brát tyto individuální projevy v potaz při práci se skupinou.

V rovině kognitivní dochází k rozvoji abstraktního myšlení, zlepšuje se proces zpracování informací, přichází pocit samostatnosti. S tím ruku v ruce dochází ke znatelným změnám v rovině postojů a vztahů, a to jednak k sobě a jednak k okolí. Dochází k uvolnění vztahu s rodiči, kde mladý člověk usiluje o narovnání pozic (Arnett, 2009), a na druhé straně k navázání užšího vztahu s vrstevníky. Nejprve tvoří skupinky s jedinci stejného pohlaví, dále úzká přátelství s jednotlivci a na konci období se objevují první vztahy s opačným pohlavím (Langmeier, Krejčířová, 2006 in Kalkusová, 2009). V návaznosti na to se rozvíjí i komunikační dovednosti. Podle Macka (1999) vztahy s vrstevníky často fungují jako prostředek k hledání a ujasňování vztahu k sobě samému. V této rovině dochází i k významnému zlepšení sebereflexe, kdy se mladý člověk snaží odpovědět na existenciální otázky typu *kým jsem, kam směřuji, kam patřím, jaké*

jsou mé hodnoty (Langmeier, Krejčířová, 2006). V rovině biologické pak dochází vlivem zvýšené sekrece hormonů k vývoji pohlavních žláz.

2.2.1 Vliv dobrodružných aktivit na dospívající

Dobrodružství má blahý vliv na růst osobnosti a rozvoje člověka. Z tuzemských autorů se na tom shodují mimo jiné Chytilová (2005), Neuman (2001) či Hanuš (1999), k tomuto závěru dochází mj. i Kalkusová (2009). Ve svých publikacích zmiňují především významný psychosociální rozvoj a zlepšení sebepojetí, skrze které dochází k sebepoznání a zdokonalování sebe sama. Podle zahraničních autorů účast na dobrodružných programech v přírodě pozitivně ovlivňuje jednak jednotlivé účastníky a jednak zlepšuje skupinové vztahy. Ewert a McAvoy (2000) zkoumali, jak byla organizovaným dobrodružným programem ovlivněna účastníková sebe-koncepce, sebehodnota a sebevědomí, a zjistili, že došlo k pozitivním a prospěšným změnám. Účast na dobrodružných programech dále zvyšuje míru sebekontroly účastníků a různé aspekty sebe-koncepce (Marsh, Richards a Barnes, 1986). Kromě toho mají dobrodružné programy pozitivní vliv na mezilidské dovednosti účastníků, schopnost vedení kolektivu, pocit kontroly, sebeovládání, nezávislosti, asertivity či dovednosti rozhodování (Hattie et al., 1997). Účastníci programů OB, NOLS a Student Conservation Association projevují zvýšený zájem o učení, zlepšení fyzického a duševního zdraví, pozitivní změny v chování a silnější závazek v oblasti ochrany životního prostředí (Kellert, 1999).

Dobrodružné programy dále přispívají ke sblížení jedinců v rámci skupiny. Oakes, Haslam, Morrison a Grace (1995) zjistili, že účastníci programu Outward Bound, kteří se před kurzem neznali, se v průběhu kurzu vzájemně vnímali více a více jako sobě podobní. McKenzie (2003) popisuje pozitivní změny ve skupinové charakteristice po absolvování kurzu Outward Bound. Zlepšila se mj. vzájemnost, soudržnost a důvěra.

U dětí pak Kalkusová (2009) v návaznosti na dobrodružné kativity zmiňuje rozvoj odvahy, odpovědnosti, rozhodnosti, důvěry v sebe i druhé. Neuman (2001) vyzdvihuje zlepšení sebevědomí a zvýšení jistoty v rozhodování, u starších pak uspokojení touhy po napětí, odvaze a překvapení. Zároveň ale upozorňuje, že může mít dobrodružství v některých případech neblahý vliv, jelikož dobrodružné činnosti mohou dítě odvádět od reality.

Dobrodružné aktivity ve školním prostředí mají podle Frainšice (2015) vliv na utváření pozitivní atmosféry, podle Fialové (1996) pomáhají řešit některé školní problémy, např. nezájem o výuku či agresivitu.

Sibthorp, Paisley a Furman (2008) zjistili, že účastníci programů NOLS přenesli naučené dovednosti v oblasti skupinové dynamiky, jako vedení skupiny a schopnosti pracovat jako tým, z kurzu do jiných oblastí svého života.

V několika studiích výzkumníci doporučovali další výzkum, aby poskytl vhled do vztahu mezi konkrétními prvky programu a výsledky účastníků (Ewert, 1983; Ewert & McAvoy, 2000; Hattie et al., 1997; McKenzie, 2003; Sibthorp et al., 2007). Sibthorp et al. (2007) uvádí, že mnoho dobrodružných programů stále spoléhá na nejasné důkazy a předpoklad, že jednoduchá účast vede k rozvoji účastníků, aniž by byla schopna specifikovat konkrétní mechanismy, prostřednictvím kterých by mohla nastat změna. Konkrétněji Priest (1999) uvedl, že budoucí studie by měly zkoumat co se přenáší, jak moc, jak dlouho a z jakých prvků nebo překážek. Význam vidí především v získání důvěryhodnosti v rámci větších akademických oborů.

3 Výzkumná část

3.1 Metodika výzkumu

3.1.1 Výzkumné otázky

- 1) Kde zažívají lidé v rámci dospívání dobrodružství?
- 2) Jaký vliv mají na lidi v dospívání prožitá dobrodružství?
- 3) Podporují rodiče dospívající v zažívání dobrodružství?
- 4) O jaké dobrodružné aktivity mají dospívající zájem, ale nemají možnost je zažít?

3.1.2 Cíl výzkumu

Cílem výzkumu je zjistit, zda se výzkumný soubor setkává s dobrodružstvím v rámci dospívání a zda mají tyto prožitky vliv na utváření osobnosti jedince. Dílčími cíli výzkumu bylo zmapovat, kde se s dobrodružstvím setkává a zda byla k dobrodružným prožitkům v dospívání podporována.

3.1.3 Výzkumný soubor

Anketa byla distribuována pomocí sociálních sítí. Základní soubor tvoří lidé starší 20 let, žijící v České republice, kteří uvedli, že v rámci svého dospívání prožili dobrodružné aktivity. Soubor tvořilo 79 žen a 48 mužů. O další charakteristice výzkumného souboru nemáme žádné informace.

Kritéria pro účast ve výzkumu byla:

- Věk minimálně 20 let
- Alespoň jedna zkušenost s dobrodružstvím v dospívání

- Informovaný souhlas s účastí ve výzkumu – stvrzený vyplněním ankety

Minimální počet respondentů byl stanoven na 100, maximální počet možných respondentů nebyl stanoven. Anketu vyplnilo celkem 127 osob, přičemž jeden z nich byl vyřazeno první kontrolní otázkou – nesplňoval kritérium pro účast ve výzkumu, neměl zkušenost s dobrodružstvím. Výzkumu se tedy zúčastnilo 126 respondentů.

3.1.4 Metody tvorby dat

Výzkum je kvantitativního charakteru, jednalo se o průřezové anketové online šetření. Tato výzkumná metoda byla zvolena z důvodu možnosti získání velkého množství dat za krátký časový úsek a výsledků, které je možné kvantifikovat (Ferjenčík, 2000). Metodou sběru dat byla anketa sestavený autorem výzkumu. Anketové šetření probíhalo pouze online, skrze platformu Google forms. Anketa obsahovala celkem 14 otázek. První dvě otázky byly demografického charakteru – respondenti uved své pohlaví a svůj věk. Hlavní část ankety byla věnována otázkám zjišťujícím vzorce zažívání dobrodružství. V první otázce respondenti krátce popsali jeden nebo dva své dobrodružné zážitky z dětství. Otázka byla otevřená, aby se splnila podmínka individuality prožitku. Odpovědi slouží jednak pro vyhodnocení ankety a jednak pomůžou respondentovi si vybavit konkrétní dobrodružné zážitky z daného období. Dále respondent vyplňoval, kde tato dobrodružství zažil. Měl možnost zatrhnout více variant odpovědí, či vyplnit odpověď vlastní. Stejným způsobem pak vyplňoval, jaké emoce v daných situacích prožíval a vyznačoval, jaké jeho vlastnosti tyto dobrodružné zážitky ovlivnily. Dále určoval, zda na něj měly tyto zážitky dobrý, anebo špatný vliv.

V závěrečné části pak udával, zda ho rodiče podporovali v zažívání takovýchto aktivit, zda jsou aktivity, které chtěl zkusit, ale nedostal k tomu příležitost a zda vyhledává dobrodružství i dnes.

Anketa obsahovala uzavřené otázky, některé s možností i otevřené odpovědi, v některých otázkách bylo možné zvolit jednu odpověď, v některých

více odpovědí a několik otevřených otázek. Vyplnění ankety trvalo přibližně 6 minut. Celá anketa je obsažena v příloze. Před zveřejněním ankety byla provedena pilotáž – anketa byl zaslán deseti respondentům k nahlédnutí a okomentování. Tito respondenti neměli k anketě připomínky. Anketa byla následně distribuován skrze sociální síť Facebook a Instagram, kde byla zveřejněna ve skupinách věnujících se tématu aktivit v přírodě či adrenalinových sportů. Anketu autor dále sdílel také do skupin studentů vysokých škol a na své osobní účty. Sběr dat probíhal od 15. 8. 2023 do 5. 9. 2023.

3.1.5 Metody analýzy dat

V prvním kroku autor provedl kontrolu získaných dat na platformě Google forms. Během této kontroly byl vyřazen jeden respondent, který uvedl, že v daném období žádné dobrodružství nezažil. Následně byla data stažena z platformy Google forms ve formě tabulky v programu Microsoft Excel. Data byla následně zpracována pomocí deskriptivně-statistických metod a kontingenčních tabulek ve jmenovaném programu. U otázek s možností pouze jedné odpovědi je součet procentních bodů 100, u otázek s možností více odpovědí je tento součet vyšší než 100. Odpovědi na otevřené otázky byly zpracovány pomocí otevřeného kódování a utříděny do kategorií.

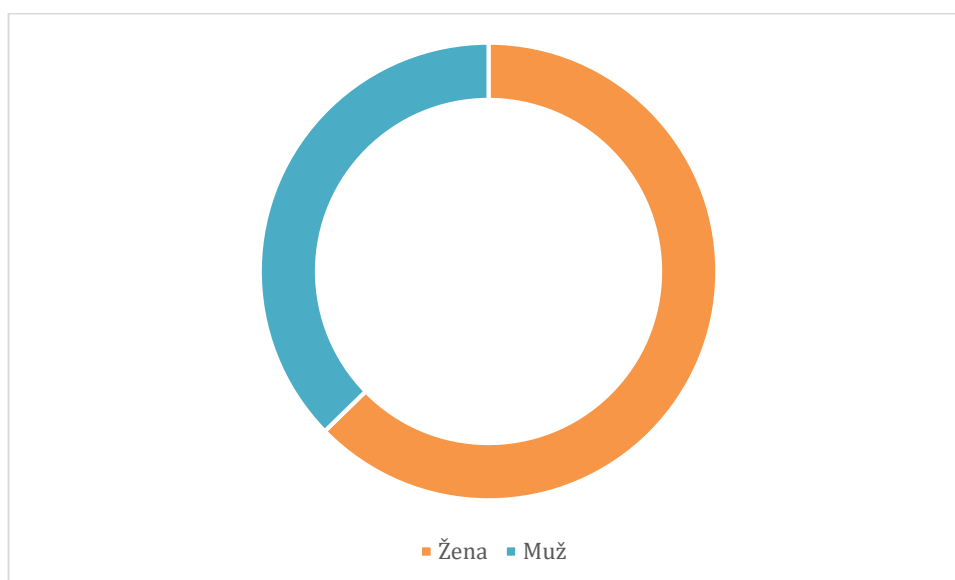
3.1.6 Etické aspekty výzkumu

Respondenti byli v úvodu ankety seznámeni s účelem a povahou výzkumu, s kritérii pro účast ve výzkumu a s dobou, po kterou bude anketa zpřístupněna. Autor uvedl svůj kontaktní email, na který se mohli respondenti obrátit v případě dotazů, připomínek či požadavků. Respondenti byli obeznámeni, že vyplněním ankety projevují svůj souhlas s účastí ve výzkumu. Autor nezjišťoval od respondentů osobní údaje, data byla již při sběru anonymní. I v tomto případě autor dbal na to, aby byla získaná data bezpečně uložena – data byla uložena na platformě Google forms, která garantuje zabezpečení umístěných dat. Následně stažená data byla uchovávána v počítači pod heslem. Po obhájení práce budou data z platformy i počítače smazána.

4 Výsledky výzkumu

4.1 Socio – demografická charakteristika vzorku

Výzkumný vzorek tvořilo 127 respondentů, z toho menšinu tvořili muži (37,8 %), většinu ženy (62,2 %) (viz. graf č. 1).

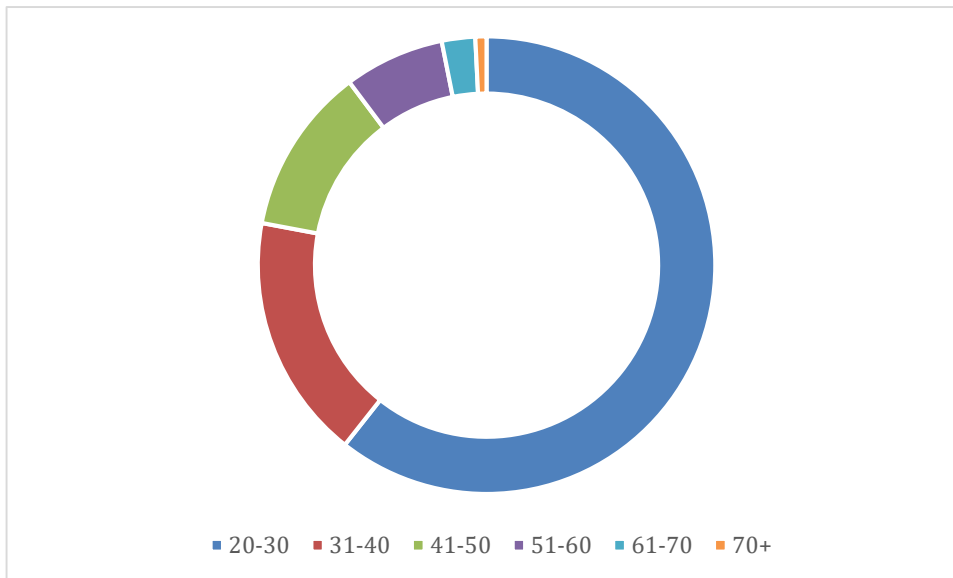


Graf 1 - Pohlaví respondentů

Pohlaví	n
Žena	79
Muž	47

Tabulka 1 - Pohlaví respondentů

Co se týče věkových charakteristik souboru, lze říct, že byl z většiny zastoupen mladými dospělými. Nadpoloviční většinu (60,6 %) vzorku tvořili lidé ve věku od 20 do 30 let. Zastoupení věkových kategorií je zobrazeno v grafu č. 2.



Graf 2 - Věk respondentů

Věk	n
20-30	77
31-40	22
41-50	15
51-60	9
61-70	3
70+	1

Tabulka 2 - Věk respondentů

4.2 Vzorce zažívání dobrodružství

4.2.1 Oblasti zažívání dobrodružství

V úvodní otevřené otázce uváděli respondenti konkrétní situace, ve kterých se setkali s dobrodružstvím. Nejčastěji uváděli zážitky prožité v noci či v divoké přírodě spojené s výzvou. Takové situace popsalo celkem 40 respondentů. Zároveň respondenti pravidelně uváděli i zhoršené přírodní podmínky, především pak bouřky. Pro ilustraci uvádíme následující:

„...na vysokohorském treku při bouřce...“

„...hlídání tábora během noci...“

„Jeli jsme kolem hořícího stromu, který jsme začali hasit vodou z blízkého potoka.“

„...pobyty v přírodě a přespávání v lese.“

„Útěk před bouřkou v noci na puťáku.“

„...psi na horách v Rumunsku...“

„...bojovky na dětských táborech, chození v horách za nepříznivého počasí...“

„...když jsem jako malá spala sama v lese“

„...bouřka, která nás téměř zastihla v Tatrách přímo na hřebenu, ale těsně jsme ji utekli...“

„Boj o vlajky při noční hře...“

„...šli jsme v Beskydech na túru, přepadla nás hrozná bouřka v lese, nebylo vidět, kameny klouzaly, mlha, hromy blesky a my hledali, kde se schovat. Našli jsme skalní převis, kde aspoň nepršelo. Bylo to pořadný dobrodružo.“

„...byla noční hra, kdy byl záměr vytvořit oheň z ničeho...“

„Při airsoftu v noci sám uprostřed lesa...“

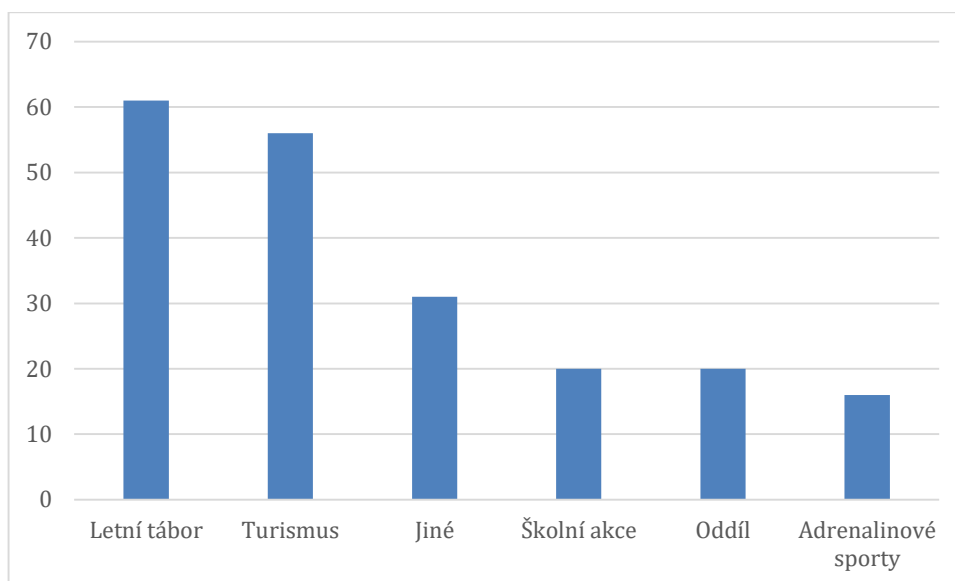
„Při houbaření jsme se s bratrem a tátou ztratili v hlubokém lese u Bechyně“

„Na chmelu jsme jezdili na býcích.“

„Při noční hře jsme měli na oddíl jednu baterku a buzolu a museli jsme projít několik stanovišť a nikoho neztratit. Další případ byla noční hra, kdy byl záměr vytvořit oheň z ničeho, tudíž nasbírat si dříví, rozdělát oheň a uchránit ho před vedoucími.“

Dále výzkum mapoval, kde respondenti uvedená dobrodružství zažili. 61 respondentů (48%) uvedlo, že daná dobrodružství zažili na letním táboře, 56 (44,1%) respondentů uvedlo, že je zažili v rámci turismu, shodně 20 (15,7%) respondentů uvedlo, že je zažili na školní akci anebo v oddíle, 16 respondentů (12,6%) pak uvedlo adrenalinové sporty. 31 (24,4%) respondentů pak vyplnilo kategorii „jiné“, např. různé sportovní aktivity či pracovní cesty. Zobrazeno v grafu č. 3.

Považujeme za důležité připomenout, že respondenti měli možnost u této i dalších otázek uvést více odpovědí, součet procentuálních bodů se proto nerovná 100.



Graf 3 - Aktivita

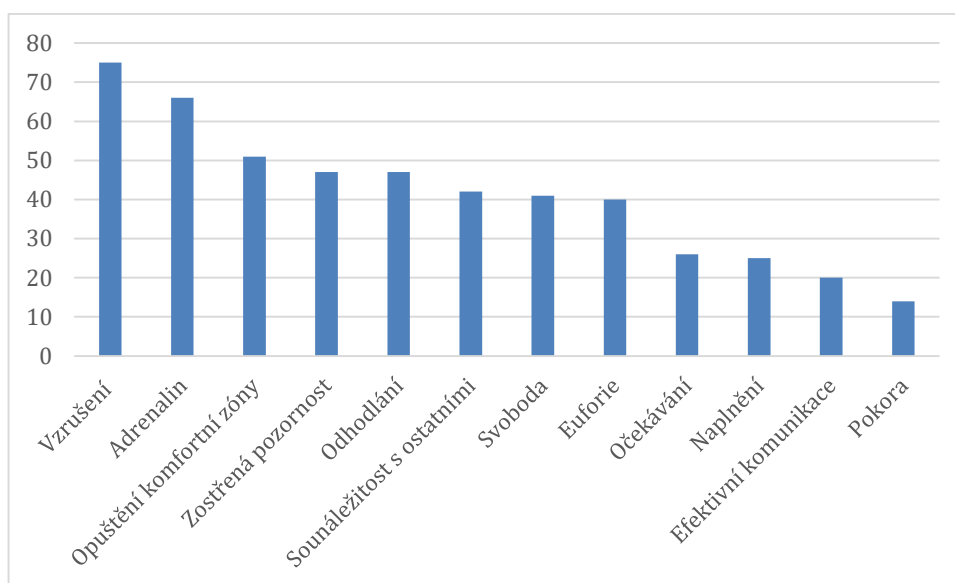
Aktivita	n
Letní tábor	61
Turismus	56
Jiné	31
Školní akce	20
Oddíl	20
Adrenalinové sporty	16

Tabulka 3 - Aktivita

4.2.2 Pozitivní přínosy dobrodružství

Dále byli respondenti dotázáni, jaké aktuální pozitivní emoce při těchto dobrodružných situacích zažívali. Nejčastěji uváděli vzrušení, adrenalin a opuštění komfortní zóny.

Konkrétně pak vzrušení uvedlo 75 (59,1%) respondentů, očekávání 26 (20,5%) respondentů, zostřenou pozornost 47 (37%) respondentů, adrenalin 66 (52%) respondentů, euforii 40 (31,5%) respondentů, odhodlání 47 (37%) respondentů, svobodu 41 (32,2%) respondentů, naplnění 25 (19,7%) respondentů, sounáležitost s ostatními 42 (33,1%) respondentů, efektivní komunikaci 20 (15,7%) respondentů, opuštění komfortní zóny 51 (40,2%) respondentů, a pokoru 14 (11%) respondentů. Zobrazeno v grafu č. 4.



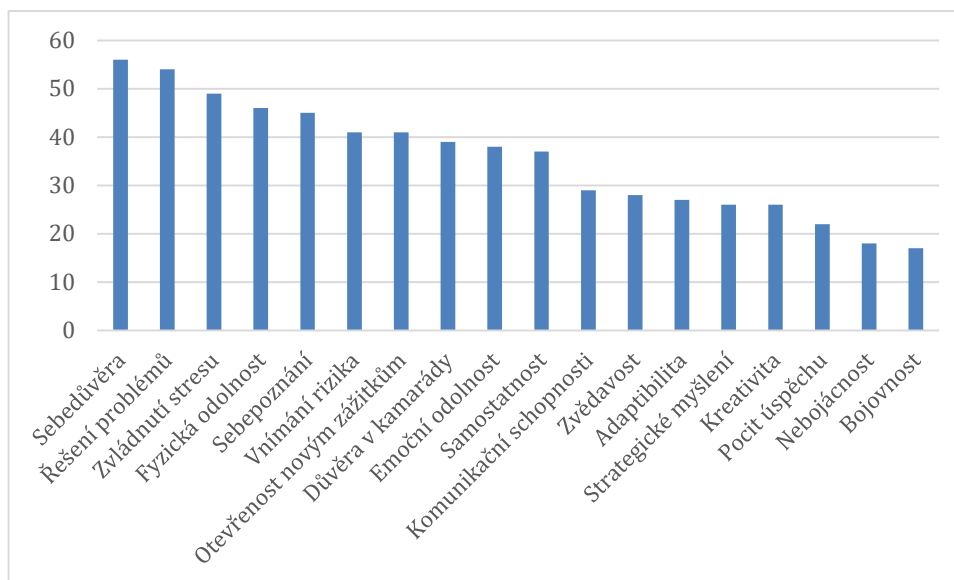
Graf 4 - Aktuální pozitivní emoce

Aktuální pozitivní emoce	n
Vzrušení	75
Adrenalin	66
Opuštění komfortní zóny	51
Zostřená pozornost	47
Odhodlání	47
Sounáležitost s ostatními	42
Svoboda	41
Euforie	40
Očekávání	26
Naplnění	25
Efektivní komunikace	20
Pokora	14

Tabulka 4 - Aktuální pozitivní emoce

124 (96,7%) respondentů si myslí, že na ně uvedená dobrodružství měla dobrý vliv.

Oblasti, které prožitá dobrodružství ovlivnily pozitivně, vyznačili respondenti následovně: nejvíce respondentů uvedlo sebedůvěru a řešení problémů, stejně tak byly ale hojně vyznačovány i další oblasti. Konkrétně pak sebedůvěru vyznačilo 56 (44,1%) respondentů, sebepoznání 45 (35,4%) respondentů, pocit úspěchu 22 (17,3%) respondentů, emoční odolnost 38 (29,9%) respondentů, fyzickou odolnost 46 (36,2%) respondentů, zvládnutí stresu 49 (28,6%) respondentů, řešení problémů 54 (42,5%) respondentů, strategické myšlení 26 (20,5%) respondentů, adaptibilitu 27 (21,3%) respondentů, kreativitu 26 (20,5%) respondentů, samostatnost 37 (29,1%) respondentů, vnímání rizika 41 (32,3%) respondentů, bojovnost 17 (13,4%) respondentů, nebojácnost 18 (14,2%) respondentů, důvěru v kamarády 39 (30,7%) respondentů, komunikační schopnosti 29 (22,8%) respondentů, zvědavost 28 (22%) respondentů, otevřenost novým zážitkům 41 (32,3%) respondentů. Jinou odpověď vyznačili 3 respondenti, jednalo se o doplňující odpovědi, které se ovšem shodují s nabízenými odpověďmi a byly proto započítány výše, anebo vyjadřovaly nejistotu nad svou odpovědí. Zobrazeno v grafu č. 5.



Graf 5 - Dlouhodobé pozitivní přínosy

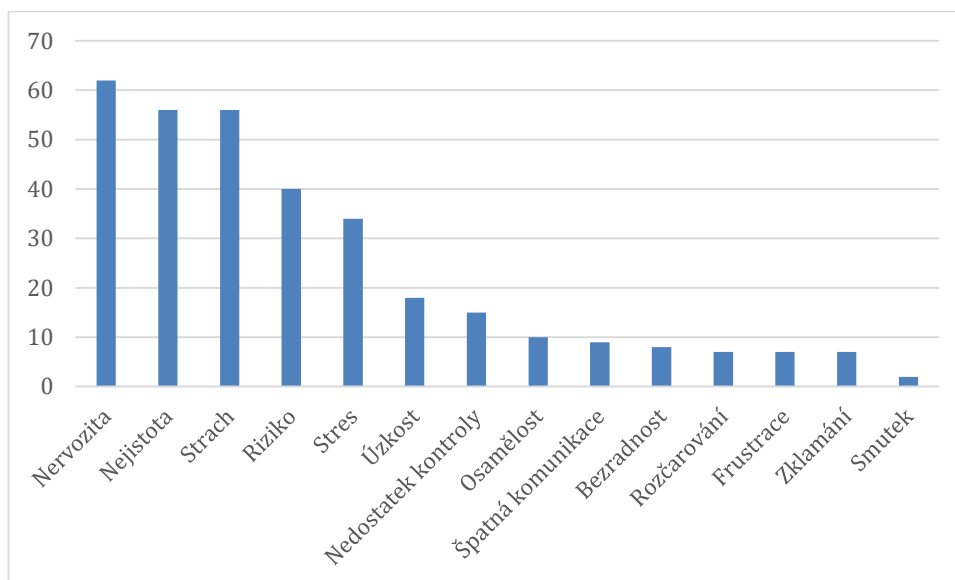
Dlouhodobý pozitivní přínos	n
Sebedůvěra	56
Řešení problémů	54
Zvládnutí stresu	49
Fyzická odolnost	46
Sebepoznání	45
Vnímání rizika	41
Otevřenost novým zážitkům	41
Důvěra v kamarády	39
Emoční odolnost	38
Samostatnost	37
Komunikační schopnosti	29
Zvědavost	28
Adaptibilita	27
Strategické myšlení	26
Kreativita	26
Pocit úspěchu	22
Nebojácnost	18
Bojovnost	17

Tabulka 5 - Dlouhodobé pozitivní přínosy

4.2.3 Negativní přínosy dobrodružství

Při dotazu na negativní prožité emoce odpovídali respondenti nejčastěji vyznačovali nervozitu, nejistotu a strach. Konkrétně pak 15 (11%) respondentů

uvedlo nedostatek kontroly, 7 (5,5 %) respondentů rozčarování, 56 (44,1 %) nejistotu, 62 (48,8 %) respondentů nervozitu, riziko 40 (31,5 %) respondentů, úzkost 18 (14,2 %) respondentů, špatnou komunikaci 9 (7,1 %) respondentů, osamělost 10 (7,9 %) respondentů, stres 34 (26,8 %) respondentů, strach 56 (44,1 %) respondentů, bezradnost 8 (6,3 %) respondentů, frustraci 7 (5,5 %) respondentů, zklamání 7 (5,5 %) respondentů a smutek 2 (1,6 %) respondentů. Zobrazeno v grafu č. 6.

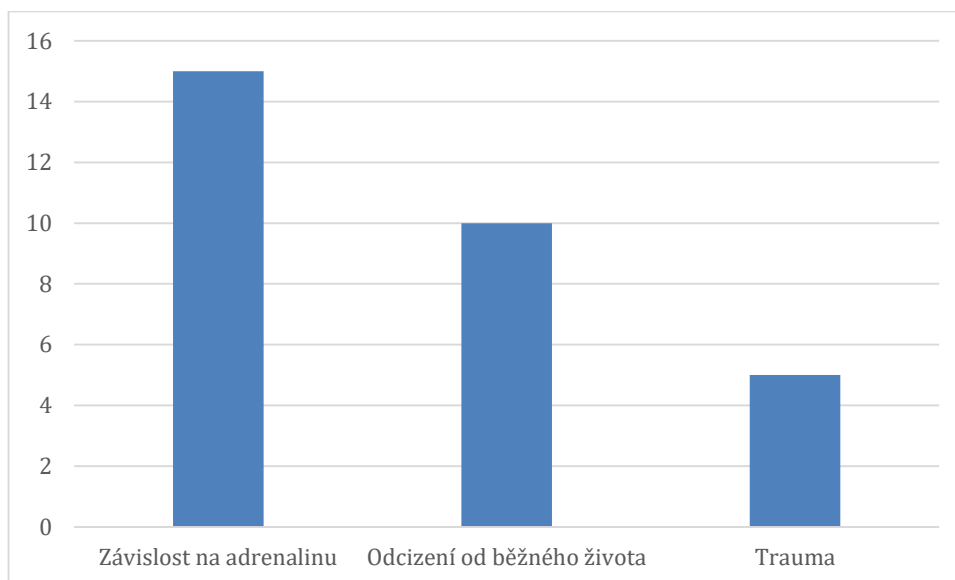


Graf 6 - Aktuální negativní emoce

Aktuální negativní emoce	n
Nervozita	62
Nejistota	56
Strach	56
Riziko	40
Stres	34
Úzkost	18
Nedostatek kontroly	15
Osamělost	10
Špatná komunikace	9
Bezradnost	8
Rozčarování	7
Frustrace	7
Zklamání	7
Smutek	2

Tabulka 6 - Aktuální negativní emoce

Na dotaz, jak se na respondentech dobrodružství negativně projevilo, odpovídali následovně: 19 (15%) respondentů uvedlo závislost na adrenalinu, 13 (10,3%) respondentů uvedlo odcizení od běžného života a 6 (4,7%) respondentů uvedlo trauma. Možnost „jiné“ využilo 11 respondentů, všichni uvedli „ne“. Zobrazeno v grafu č. 7.



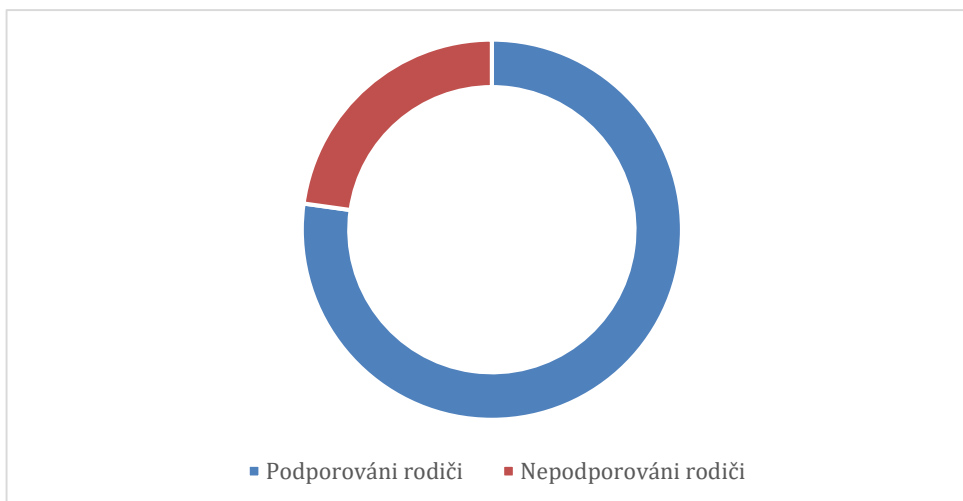
Graf 7 - Dlouhodobé negativní přínosy

Dlouhodobý efekt	n
Závislost na adrenalinu	19
Odcizení od běžného života	13
Trauma	6

Tabulka 7 – Dlouhodobé negativní přínosy

4.2.4 Další dobrodružné zázemí

Výzkum dále mapoval, zda respondenty v zažívání dobrodružství podporovali v dospívání rodiče. 98 (77,2%) respondentů uvedlo, že je rodiče v zažívání dobrodružství v daném období podporovali, naopak 29 (22,8%) uvedlo, že je rodiče v uvedeném nepodporovali. Zobrazeno v grafu č. 8.

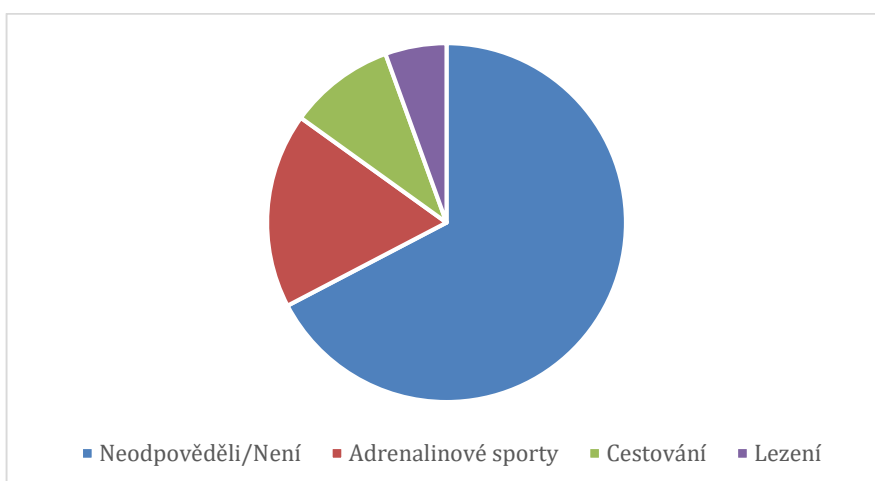


Graf 8 - Podpora rodičů

Podpora	n
Podporováni rodiči	98
Nepodporováni rodiči	29

Tabulka 8 – Podpora rodičů

V otevřené otázce, zda respondenti chtěli zkusit nějakou dobrodružnou aktivitu, ale nedostali k tomu v daném období příležitost, odpovídali respondenti různě. 85 respondentů na danou otázku buď neodpovědělo, anebo odpověděli, vy smyslu, že taková aktivita není. 22 respondentů (17,3%) nicméně zmiňuje adrenalinové sporty, 12 respondentů (9,4%) stopování a cestování na vlastní pěst a 7 respondentů (5,5%) zmiňuje lezení. Zobrazeno v grafu č. 9.

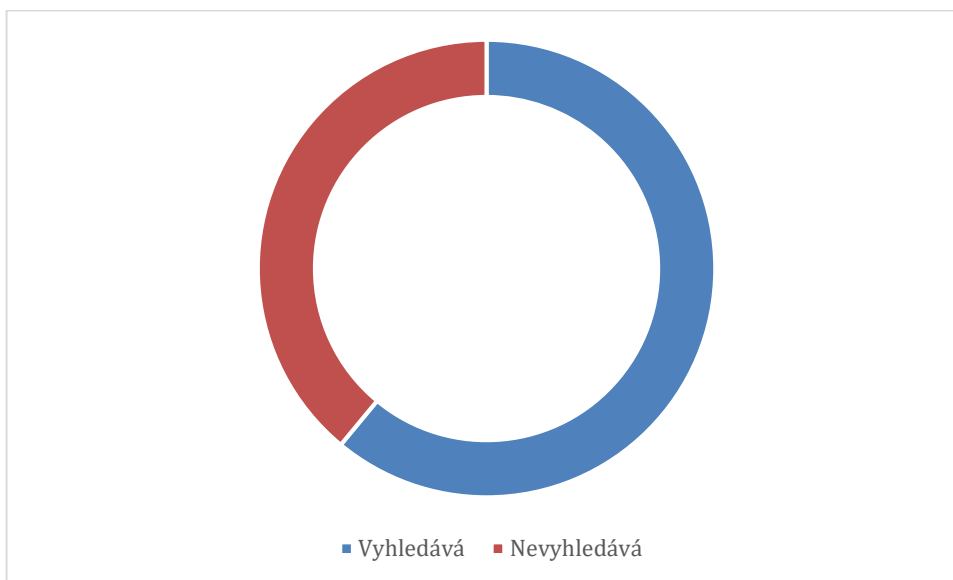


Graf 9 - Příležitosti k dobrodružným aktivitám

Aktivita	n
Neodpověděli/Není	85
Adrenalinové sporty	22
Cestování	12
Lezení	7

Tabulka 9 – Příležitosti k dobrodružným aktivitám

V další otevřené otázce respondenti odpovídali, zda vyhledávají dobrodružství i dnes a pokud ano, tak v jaké podobě. 77 (61,1%) respondentů odpovědělo, že dobrodružství vyhledává, nejčastěji pak v podobě putování přírodou, cestování, lezení či adrenalinových sportů. 49 (38,9%) respondentů na otázku buď neodpovědělo, anebo odpověděli, že ho dnes již nevyhledávají. Zobrazeno v grafu č. 10.



Graf 10 – Vyhledávání dobrodružství v současnosti

Zájem o dobrodružství	n
Vyhledává	77
Nevyhledává	49

Tabulka 10 – Vyhledávání dobrodružství v současnosti

Na závěrečnou otevřenou otázku, kde mohli respondenti dodat cokoli k tématu, většina z nich neodpověděla. Malá část nicméně vyzdvihla přínos dobrodružných aktivit do jejich života a jednotlivci zmínili své osobní přístupy k problematice dobrodružství.

5 Diskuse a závěr

Cílem výzkumu bylo zjistit, zda se běžná populace setkává s dobrodružstvím v rámci dospívání a zda mají tyto prožitky vliv na utváření osobnosti jedince. Výzkumný vzorek čítal celkem 127 respondentů, zastoupeny byly převážně ženy a věková kategorie mezi 20 a 40 lety - celkem 77% respondentů. Zastoupené věkové kategorie hodnotíme jako vhodné vzhledem k aktuálnosti jejich prožitků při porovnání se staršími věkovými kategoriemi a v návaznosti na to i s lepší aplikovatelností poznatků. V porovnání s výzkumem Kalkusové (2012) se tento věnuje věkové kategorii dospělých, což umožňuje lepší posouzení dlouhodobých efektů dobrodružství.

Oblasti, kde se respondenti setkali s dobrodružstvím, jsou zpravidla přírodní prostředí na organizovaných programech. Často popisují situace spojené s výzvou a s významným vlivem počasí. Zároveň uvádí noční hry a putování ve skupině. Oblasti, kde respondenti dobrodružné aktivity zažili, byly nejčastěji letní tábor (48%) a turistické aktivity (44,1%) - od běžného konzumního turismu po trekking. Velká část nicméně dále uváděla i školní akce (15,7%), aktivity v rámci turistického oddílu (15,7%) či adrenalinové sporty (12,6%). To odpovídá mj. závěrům Franšice (2015), který uvádí kurzovní nebo blokovou výuku mimo prostředí školy jako vhodnou pro pořádání dobrodružných aktivit. Výsledky dále vyzdvihují význam působení organizací zaměřených na dobrodružství na našem území. Nízkých hodnot naopak dosáhly odpovědi "Teambuilding" a "Survival", které jsou v mnohých výzkumech považovány za prostředí naplněné mj. dobrodružnými aktivitami. Součet procentních bodů těchto i dalších odpovědí může překročit 100 díky možnosti více odpovědí.

V kategorii "Pozitivní přínosy dobrodružství" dosahovaly nabízené odpovědi obecně vysokých hodnot. Respondenti hojně vyznačovali jednak pozitivní emoce při zažívaných dobrodružstvích - 59% respondentů uvedlo vzrušení, 52% adrenalin a 40% opuštění komfortní zóny, ostatní odpovědi se pohybovali kolem 30%, relativně nízkých hodnot naopak dosáhla například

pokora (11%). Dále ve významných hodnotách uvedli, že na ně uvedená dobrodružství měla dobrý vliv a zároveň hojně vyznačili i oblasti, ve kterých na ně měla uvedená dobrodružství pozitivní dlouhodobý vliv. Více než 30% respondentů uvedlo zlepšení sebedůvěry, sebepoznání, fyzické odolnosti, zvládnutí stresu, řešení problémů, vnímání rizika, důvěru v kamarády či otevřenosti novým zážitkům. Nižších hodnot pak dosáhly například bojovnost či nebojácnost, obě pod 15%. Z těchto výsledků můžeme vyčíst jednoznačný pozitivní přínos dobrodružství v mnoha oblastech rozvoje lidské osobnosti a podporují tak mj. výsledky dalších studií, které se věnují významu dobrodružných prožitků, např. výzkumu Romaněnkové (2012).

V kategorii "Negativní přínosy dobrodružství" se setkáváme s opačným trendem, kdy přestože výsledky vyzdvihují několik zažívaných negativních emocí, mj. nejistotu (44%), nervozitu (48%) či riziko (31,5%) v podobných hodnotách jako zažívané pozitivní emoce, tak již respondenti v podobných hodnotách nevyznačují dlouhodobé negativní projevy, které se pohybují na škále mezi 4,7% a 15% odpovědí. Z těchto výsledků je zřejmé, že negativní emoce prožívané v rámci dobrodružství nenesou přímý vztah s negativními dlouhodobými projevy.

V závěrečné části výzkumu odpovědi respondentů vykreslují, že většina z nich vychází ze zázemí s pozitivním vztahem k dobrodružství - přes tři čtvrtiny respondentů uvedlo, že je v období dospívání rodiče podporovali v zažívání dobrodružných aktivit. Dále respondenti hojně uvedli, že v dospívání nezažili situaci, kdy by nedostali příležitost zažít dobrodružství, po kterém toužili, anebo v dané otázce nevyplnili žádnou aktivitu. Z těchto dat se dá usuzovat, že respondenti pochází z prostředí, kde měli k dobrodružným aktivitám relativně snadný přístup. Z uvedených aktivit, ke kterým respondenti nedostali příležitost, je vhodné vyzdvihnout adrenalinové sporty. Respondenti dále uvedli, že 61% z nich dobrodružství stále vyhledává.

Studie přinesla množství informací o vlivu dobrodružství na rozvoj osobnosti u středně velkého vzorku osob. Výběr výzkumného vzorku neprobíhal náhodně, nýbrž samovýběrem, a vzhledem k tomu, že o charakteristice

základního souboru nemáme mimo pohlaví a věku žádné informace, nelze říci, do jaké míry je či není výzkumný vzorek reprezentativní. Zároveň není zřejmé, zda bylo vhodné využití metody online ankety - je zde vyšší riziko zkreslených informací či špatného porozumění otázkám. Výhodou naopak je, že měli respondenti k šetření snadný přístup a dostatek času na vyplnění odpovědí.

Výsledky, jako například oblasti zažitých dobrodružství anebo pozitivní emoce při dobrodružných situacích, mohou být nadhodnoceny, jelikož výzkumu se nejspíš zúčastnili především lidé, kteří mají kladný vztah buď k problematice dobrodružství, anebo k oblasti aktivit v přírodě. Stejně tak mohou být výsledky zkresleny subjektivním vnímáním jedince, anebo kvůli časové prodlevě mezi zkoumaným obdobím a současností. Kvůli zařazení otevřených otázek dále není zřejmý přímý vztah mezi některými odpověďmi respondentů.

Z výsledků výzkumu vyplývá, že programy organizací, jejichž součástí je dobrodružství, mají své nezastupitelné místo v rámci práce s dospívajícími, jelikož většina dobrodružných situací se v daném období udává právě pod jejich taktovkou. Zároveň je zřejmé, že tyto dobrodružné situace mají významný pozitivní vliv na utváření osobnosti jedince. Na toto zjištění by měli reagovat všichni, kteří utváří program dnešním dospívajícím - především pak rodiče, pedagogové či programoví vedoucí. Za zásadní autor považuje zvýšení časové dotace směřované k dobrodružným aktivitám především v rámci školní docházky, kterou dospívající žáci tráví spíše pasivně a v rigidním prostředí školy.

Z výsledků dále vyplývá, že nenacházíme významný vztah mezi negativními emocemi při dobrodružném prožitku a mezi dlouhodobými negativními důsledky na jedince. Tato informace může posloužit těm organizátorům dobrodružných aktivit, kteří nezařazují náročné dobrodružné aktivity ze strachu o účastníky. Je však zásadní stále dbát na bezpečnost a další aspekty a zamezit vzniku traumatu.

Problematice vlivu dobrodružství na vývoj jedince je zcela jistě potřeba se věnovat v dalším výzkumu. Bylo by vhodné zaměřit se na konkrétní dobrodružné aktivity, a to především takové, které jsou nejsnáze dostupné, a zkoumat, k

jakým procesům v rámci jedince i skupiny zde dochází. Vzhledem k mnoha pozitivním vlivům dobrodružství uváděným respondenty doporučujeme směřovat výzkum také k využití dobrodružství při práci s problematickou mládeží.

6 Seznam použité literatury

1. Beedie, P. (2016), *Adventure Tourism*, en Humbertone, B. Prince, H. Henderson, K. (2016), *Routledge international Handbook of outdoor studies*, Routledge, ISBN 9780815384052
2. Dufek, J. (1997). *Dobrodružné učení – Vliv dobrodružství na rozvoj osobnosti člověka*. Diplomová práce. Praha: UK FTVS.
3. Eichsteller, G., Holthoff, S. (2012). *The Art of Being a Social Pedagogue: Developing Cultural Change in Children's Homes in Essex*. *International Journal of Social Pedagogy*, 1, 30-45.
4. Ewert, A. (1982). *A Study of the Effects of Participation in an Outward Bound Short Course Upon the Reported Self-concepts of Selected Participants*.
5. Ewert, A. (1989). *Outdoor Adventure Pursuits : Foundations, Models, and Theories*. Scottsdale, Arizona: Publishing Horizons.
6. Ewert, A., Sibthorp, J. (2014), *Outdoor adventure education: foundations, theory, and research*. Champaign, IL: Human Kinetics, c2014. ISBN 978-1-4504-4251-0.
7. Ferjenčík, J. *Úvod do metodologie psychologického výzkumu*. Praha: Portál. 2000. ISBN 80-7178-367-6.
8. Fialová, L. (1996). *Dobrodružství, napětí a riziko v tělesné výchově*. *Tělesná výchova a sport mládeže*. 62(4), 9-12.
9. Fialová, L. (2010a). *Aktuální témata didaktiky: školní tělesná výchova*. Praha: Karolinum.

10. Frainšic, M. (2015). *Ověření programu s dobrodružnými a kooperativními prvky na základní škole v podmínkách školní tv.* Disertační práce. Praha: Univerzita Karlova
11. Greenaway, R. (1996). *Reviewing Adventures. Why and How?* Sheffield, NAOE Publications
12. Greenaway, R., Barret, J. (1996), *Why Adventure? The Role and Value of Outdoor Adventure in Young People's Personal and Social Development.* Foundation for Outdoor Adventure
13. Hanuš, R. (1998). *Dobrodružná výchova.* In Červenková, R. (redakce) Kalokagathia - nové dimenze a výzvy. Sborník z II. výroční konference o výchovných a rekreačních aktivitách v přírodě. Olomouc: Hanex.
14. Hanuš, R. ed. *The outdoors - the roots of life: nature - the true home of culture* Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1999. ISBN 80-244-0031-6.
15. Hanuš, R., Chytilová, L. *Zážitkově pedagogické učení.* Praha: Grada, 2009. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-2816-2.
16. Hanuš, R., Jirásek, I. (1996), *Výchova v přírodě.* Olomouc: Technická univerzita. ISBN 80-7078-381-8.
17. Hattie, J., Marsh, H. W., Neill, J. T., & Richards, G. E. (1997). *Adventure Education and Outward Bound: Out-of-class Experiences that Make a Lasting Difference.* Review of Educational Research, 67(1), 43-87.
18. Hurda, J. (2015). *Změna sociální koheze po absolvování kurzů v přírodě.* Diplomová práce. Praha: Univerzita Karlova
19. Chytilová, L. (2005). *Dobrodružné aktivity ve výchově a vzdělávání.*, Praha: Gymnasion PŠL. 3, 9-18.

20. Jirásek, I., (2004), *Vymezení pojmu Zážiteková pedagogika*. Gymnasium. Praha: PŠL, 2004a, č.1, s. 6-16. ISSN 1214-603X.
21. Jirásek, I. (2005). *Dobrodružství*. Gymnasium. Praha: PŠL. 3, 4-5
22. Kabrnová, M. (2017), *Posouzení zájmu o dobrodružné aktivity u žáků 2. stupně ZŠ*. Diplomová práce. Praha: Univerzita Karlova
23. Kalkusová, L. (2009). *Role a význam aktivit v přírodě v období puberty*. Bakalářská práce. Praha: Univerzita Karlova.
24. Kamiš, P. (2009). *Funkce dětského tábora ve výchově dětí*. Diplomová práce. Praha, Univerzita Karlova
25. Kellert, S. (1999). *A national study of outdoor wilderness experience*. The outdoor network IX
26. Kohout, D. (2009). *Adaptační kurzy na středních školách*. Diplomová práce. Praha: Univerzita Karlova
27. Langmeier, J., & Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie* (2., aktualiz. vyd. ed.). Praha: Grada.
28. Ledvinová, Z., (2013), *Sportovní kurzy v přírodě na druhém stupni základních škol v Libereckém kraji*, Diplomová práce. Praha: Univerzita Karlova
29. Louka, O. a kol. (2010), *Základy turistiky a sportů v přírodě*. Ústí nad Labem: PF UJEP, ISBN 978-80-7414-302-1.
30. Macek, P. (1999). *Adolescence : psychologické a sociální charakteristiky dospívajících* (Vyd. 1. ed.). Praha: Portál.
31. Martínková, I., Parry, J., (2017), *Safe Danger – On the Experience of Challenge, Adventure and Risk in Education*. Sport, Ethics and Philosophy, 2017, vol. 11, no. 1, pp. 75-91. ISSN 1751-1321.

32. Mortolck, C. *The adventure alternative*. Milnethorpe: Cicerone, c1987. ISBN 1-85284-012-9.
33. Neuman, J. (1998a). *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě*. Praha: Portál.
34. Neuman, J. (1998b). *Fenomén zvaný „dobrodružství“*. In R. Červenková (redakce), *Kalokagathia - nové dimenze a výzvy*. Sborník z II. výroční konference o výchovných a rekreačních aktivitách v přírodě. Olomouc: Hanex.
35. Neuman, J. a kol. (2000), *Turistika a sporty v přírodě*. 1. vyd. Praha: Portál, 2000. ISBN 807178391-9.
36. Neuman, J. *Dobrodružné hry v tělocvičně*. Ilustroval Petr ĎOUBALÍK. Praha: Portál, 2001. ISBN 8071785555.
37. Oakes, P., Haslam, S., Morrison, B., Grace, D. (1995), *Becoming an in-group, reexamining the impact of familiarity on perceptions of group homogeneity*. *Social Psychology Quarterly*, 58
38. Panicucci, J., Constable, N., S., et al. (2003). *Adventure Curriculum for Physical Education: Elementary school*. Beverly MA: Project Adventure, Inc.
39. Paulusová, Z. (2005). *Dramaturgie a dobrodružství*. Gymnasion. Praha: PŠL. 3, 103-106
40. Priest, S. (1990). *The Semantics of Adventure Education*. In J.C. Miles, S. Priest (Eds.), 113-118. State College, PA: Venture. Ewert, A. & Sibthorp, J. (2014). *Outdoor Adventure Education*. Champaign, IL: Human Kinetics.
41. Provazníková, M. (1939). *Táboření sokolských dívek a žen*. Praha, Nakladatelství obce sokolské

42. Sibthorp, J., Paisley, K., Furman, N., (2008), *Long-term impacts attributed to participation in wilderness education: Preliminary findings from NOLS*. In Proceeding in the CEO conference, leden, 2008.
43. Stremba, B., Bisson, A. (2009), *Teaching adventure education theory: best practices*. Champaign, Ill.: Human Kinetics, c2009, xi, 395 s. ISBN 978-0-7360-7126-0.
44. Svatoš, V., Lebeda, V. (2005). *Outdoor trénink pro manažery a firemní týmy*. Praha: Grada.
45. Šantora, R., Nosek, V., Janov, S. Dostál, V. (2012), *Skautské století*. Praha: Junák – svaz skautů a skautek ČR Tiskové a distribuční centrum, 2012. ISBN 978-80-86825-72-4.
46. Štěpánek, J. (2021), *Rozvoj koordinačních schopností na letním táboře a zásobník her k tomu vhodných*. Bakalářská práce. Praha: Univerzita Karlova
47. Timken, G., Mcnamee, J. (2012), *New Perspectives for Teaching Physical Education: Preservice Teachers' Reflections on Outdoor and Adventure Education*, *Journal of Teaching in Physical Education* 31(1)
48. *Výroční zpráva PŠL 2021* [online]. Prázdninová škola Lipnice, 2022 [cit. 2023-9-10]. Dostupné v archivu pořízeném dne 2023-9-10.
49. Zahrádková, E. (2005). *Teambuilding - cesta k efektivní spolupráci*. Praha: Portál.
50. Zimmerová, R. (ed.). *Netradiční sportovní činnosti*. 1. vyd. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-460-5.

7 Seznam obrázků, příloh a grafů

Obrázky

Obrázek 1 - Stupně dobrodružství podle Mortolcka, upraveno	7
--	---

Přílohy

Příloha 1 - Použitá anketa	46
----------------------------------	----

Grafy

Graf 1 - Pohlaví respondentů	23
Graf 2 - Věk respondentů	24
Graf 3 - Aktivita	26
Graf 4 - Aktuální pozitivní emoce	27
Graf 5 - Dlouhodobé pozitivní přínosy	29
Graf 6 - Aktuální negativní emoce	30
Graf 7 - Dlouhodobé negativní přínosy	31
Graf 8 - Podpora rodičů	32
Graf 9 - Příležitosti k dobrodružným aktivitám	32
Graf 10 – Vyhledávání dobrodružství v současnosti	33

Tabulky

Tabulka 1 - Pohlaví respondentů	23
Tabulka 2 - Věk respondentů	24
Tabulka 3 - Aktivita	26
Tabulka 4 - Aktuální pozitivní emoce	28
Tabulka 5 – Dlouhodobé pozitivní přínosy	29
Tabulka 6 - Aktuální negativní emoce	30
Tabulka 7 - Dlouhodobý negativní přínosy	31

Tabulka 8 – Podpora rodičů.....	32
Tabulka 9 - Příležitosti k dobrodružným aktivitám.....	33
Tabulka 10 - Vyhledávání dobrodružství v současnosti.....	33

8 Přílohy

Použitá anketa

Uved', prosím, své pohlaví . *

Žena

Muž

Uved', prosím, svůj věk. *

20-30

31-40

41-50

51-60

61-70

70+

Zažil/a jsi ve věku dospívání (11-18 let) nějaké dobrodružné situace? Např. při hře na táboře, na výletě s kamarády atd.? *

Ano

Ne

Stručně popiš 1-2 takové zážitky: *

(např. Při noční hře na táboře jsme bojovali s vedoucími o oheň. Nebo: Na treku v horách s rodiči jsme v dešti hledali přístřešek. atd.)

Text dlouhé odpovědi

Kde jsi tato dobrodružství zažil/a? *

- Letní tábor
- Školní akce
- V oddíle (skaut atd.)
- Teambuilding
- Dovolená (turistika atd.)
- Adrenalinové sporty
- Survival
- Jiná...

Jaké pozitivní emoce jsi při těchto dobrodružstvích zažíval/a? *

- Vzrušení
- Očekávání
- Zostřená pozornost
- Adrenalin
- Euforie
- Odhodlání
- Svoboda
- Naplnění
- Sounáležitost s ostatními
- Efektivní komunikace s ostatními
- Opuštění komfortní zóny
- Pokora
- Jiná...

Jaké negativní emoce jsi při těchto dobrodružstvích zažíval/a? *

- Nedostatek kontroly
- Rozčarování
- Nejistota
- Nervozita
- Riziko
- Úzkost
- Špatná komunikace
- Osamělost
- Stres
- Strach
- Bezradnost
- Frustrace
- Zklamání
- Smutek
- Jiná...

Myslíš, že na tebe měly tyto zážitky dobrý vliv? *

- Ano
- Ne

Vyznač, jaké tvé vlastnosti v běžném životě tyto zážitky ovlivnily pozitivně: *

- Sebedůvěra
- Sebepoznání
- Pocit úspěchu
- Emoční odolnost
- Fyzická odolnost
- Zvládnutí stresu
- Řešení problémů
- Strategické myšlení
- Adaptibilita
- Kreativita
- Samostatnost
- Vnímání rizika
- Bojovnost
- Nebojácnost
- Důvěra v kamarády
- Komunikační schopnosti
- Zvědavost
- Otevřenost novým zážitkům
- Jiná...

Zažil/a jsi někdy kvůli dobrodružným aktivitám některou z těchto emocí?

- Závislost na adrenalinu
- Odcizení od běžného života
- Trauma
- Jiná...

Podporovali tě rodiče v zažívání dobrodružných aktivit? *

- Ano
- Ne

Je nějaká aktivita, kterou jsi chtěl/a zkusit a nedostal/a jsi k tomu v daném období příležitost? Pokud ano, jaká?

Text stručné odpovědi

Vyhledáváš dobrodružství i dnes? Pokud ano, v jaké podobě?

Text stručné odpovědi

Je něco, co bys chtěl/a k tématu dodat?

Text dlouhé odpovědi
