AKO PREŽIŤ TÁBOR

Čo robiť, keď veci nejdú podľa plánu.

Praktická príručka pre animátorov
náročnými situáciami na tábore.

DOMKA
ZDRUŽENIE SALEZIÁNSKEJ MLÁDEŽE

OBSAH

3 Dieťa sa nechce zapájať
4 Dieťa vyrušuje
5 Dieťa je veľmi živé a neobsedí
6 Dve deti sa pohádali
7 Dieťa plače a chce ísť domov
8 Dieťa sa stratilo
9 Niekomu sa stratila vec
10 Niekto porušuje večierku
11 Skupinka nespolupracuje
12 Pohádali sa animátori
13 Keď už nevládzem
14 Deti si vymysleli nevhodnú hru
15 Dieťa na tábore zahrešilo pred celou skupinou
16 Dieťa odmieta jesť
17 Zaznamenal som prejavy šikany medzi deťmi
18 Animátori sa rozprávajú medzi sebou a nevenujú sa deťom
19 Spoluanimátor nepripravil stanovisko (aktivitu)
20 Dieťa je stále samo a nikto ho nevolá do partie
21 Dieťa sa mi zverilo s vážnym problémom
22 Dieťa sa zranilo
23 Zóna komfortu – učenia – paniky
25 Anketa: Čo by si dnes odkázali skúsení animátori svojmu mladšiemu ja?

Dieťa sa nechce zapájať

Čo robiť

✓ zistiť dôvod
✓ osloviť ho menom
✓ dať mu konkrétnu, zvládnuteľnú úlohu
✓ zapojiť ho postupne
✓ oceniť aj malý krok

Čomu sa vyhnúť

✗ zosmiešňovaniu
✗ porovnávaniu s ostatnými
✗ núteniu pred celou skupinou
✗ nálepkám typu „lenivý“, „neschopný“

Pamätaj

Nie každé nezapojené dieťa je nemotivované. Niekedy je len neisté, hanblivé alebo mimo svojej komfortnej zóny.

Dieťa vyrušuje

Čo robiť

✓ zachovať pokoj
✓ zistiť príčinu správania
✓ dať mu konkrétnu zodpovednosť
✓ hovoriť s ním individuálne
✓ oceniť pozitívne správanie

Čomu sa vyhnúť

✗ kričaniu
✗ zosmiešňovaniu
✗ verejnému ponižovaniu
✗ dlhým prednáškam

Pamätaj

Správanie je často iba prejavom nenaplnenej potreby. Najprv sa pýtaj: „Čo toto dieťa potrebuje?“ Až potom: „Čo porušilo?“

Dieťa je veľmi živé a neobsedí

Čo robiť

✓ dávať krátke a jasné pokyny
✓ rozdeliť úlohy na menšie kroky
✓ dopriať primeraný pohyb
✓ mať ho bližšie, na dosah a podľa potreby usmerňovať
✓ zveriť mu konkrétnu zodpovednosť

Čomu sa vyhnúť

✗ dlhým vysvetľovaniam
✗ opakovanému napomínaniu pred skupinou
✗ nálepke „problémové dieťa“
✗ očakávaniu, že vydrží dlho sedieť bez pohybu

Pamätaj

Cieľom nie je, aby dieťa vydržalo nehybne sedieť. Cieľom je, aby sa mohlo zmysluplne zapojiť do života skupiny.

Dve deti sa pohádali

Čo robiť

✓ na chvíľu ich oddeliť
✓ upokojiť situáciu
✓ vypočuť obe strany
✓ pomôcť im hľadať spoločné riešenie
✓ vytvoriť príležitosť na zmierenie

Čomu sa vyhnúť

✗ hľadaniu vinníka za každú cenu
✗ okamžitým súdom
✗ ponižovaniu
✗ riešeniu pred publikom

Pamätaj

Najprv obnov vzťah. Potom rieš pravidlá.

Dieťa plače a chce ísť domov

Čo robiť

✓ zostať pri ňom
✓ pozorne počúvať
✓ uznať jeho pocity
✓ až potom spolu hľadať, čo by mu pomohlo
✓ ak problém pretrváva, zapojiť vedúceho

Čomu sa vyhnúť

✗ vetám: „Veď sa nič nedeje.“
✗ zosmiešňovaniu
✗ núteniu
✗ ignorovaniu

Pamätaj

Najlepším liekom na smútok za domovom býva vzťah. Niekedy stačí jeden animátor alebo kamarát, pri ktorom sa dieťa cíti prijaté.

Dieťa sa stratilo

Čo robiť

✓ zachovať pokoj
✓ okamžite informovať vedúceho tábora
✓ postupovať podľa krízového postupu organizátora
✓ koordinovať hľadanie a zostať v spojení s tímom

Čomu sa vyhnúť

✗ panike
✗ nekoordinovanému hľadaniu
✗ zatajovaniu situácie
✗ opusteniu zvyšku skupiny bez zabezpečenia dozoru

Pamätaj

Bezpečnosť má vždy prednosť pred programom. Rýchla a koordinovaná reakcia je účinnejšia než unáhlené konanie.

Niekomu sa stratila vec

Čo robiť

✓ zachovať pokoj
✓ spolu s dieťaťom preveriť, kde malo vec naposledy
✓ pomôcť s hľadaním
✓ ak sa vec nenájde, informovať vedúceho

Čomu sa vyhnúť

✗ obviňovaniu bez dôkazov
✗ verejnému vypočúvaniu detí
✗ vytváraniu podozrivých alebo šíreniu domnienok
✗ zľahčovaniu problému

Pamätaj

Pre dieťa môže byť stratená vec veľmi dôležitá. Aj keď sa ju nepodarí nájsť, malo by odísť s pocitom, že si jeho problém bral vážne a urobil všetko, čo bolo možné.

Niekto porušuje večierku

Čo robiť

✓ zistiť dôvod
✓ rozprávať sa s ním pokojne a individuálne
✓ pripomenúť pravidlá a prečo je večierka dôležitá pre všetkých
✓ pri opakovaní zapojiť vedúceho

Čomu sa vyhnúť

✗ ponižovaniu
✗ kričaniu
✗ riešeniu pred ostatnými
✗ trestaniu bez snahy pochopiť príčinu

Pamätaj

Pravidlá chránia oddych a bezpečie celej skupiny. Najprv sa snaž pochopiť, prečo ich dieťa porušilo, a potom hľadaj spôsob, ako mu pomôcť ich dodržiavať.

Skupinka nespolupracuje

Čo robiť

✓ dať skupine jasný a spoločný cieľ
✓ rozdeliť úlohy tak, aby sa mohol zapojiť každý
✓ zapojiť aj tichšie alebo menej výrazné deti
✓ oceňovať spoluprácu viac než výsledok

Čomu sa vyhnúť

✗ kriku
✗ neustálemu moralizovaniu
✗ porovnávaniu skupín
✗ tomu, aby všetko robilo len pár detí

Pamätaj

Nie je samozrejmá. Spolupráca sa učí postupne. Deti budú viac spolupracovať, keď zažijú, že každý z nich má v skupine svoje miesto.

Pohádali sa animátori

Čo robiť

✓ riešiť problém mimo deti čo najskôr, nie ho odkladať
✓ hovoriť priamo ale s rešpektom
✓ úprimne vypočuť pohľad druhej strany
✓ ak sa neviete dohodnúť, zapojiť vedúceho

Čomu sa vyhnúť

✗ ohováraniu alebo sťažovaniu sa pred ostatnými
✗ pasívnej agresivite a tichým konfliktom
✗ riešeniu konfliktu pred deťmi
✗ vytváraniu „táborov“ v animátorskom tíme

Pamätaj

Deti veľmi rýchlo vycítia, keď animátori netvoria tím. Deti sa učia aj z toho, ako spolu komunikujú animátori. Konflikt nie je zlyhanie. Dôležité je, aby ste ho riešili s úctou.

Keď už nevládzem

Čo robiť

✓ dopriať si jedlo, pitie a krátky oddych
✓ poprosiť o pomoc skôr, než bude neskoro
✓ porozprávať sa o tom s vedúcim
✓ po dohode odovzdať na chvíľu službu, ak je to potrebné
✓ po oddychu sa vrátiť s novou energiou

Čomu sa vyhnúť

✗ predstieraniu, že všetko zvládam sám
✗ izolácii od tímu bez dohody s vedúcim
✗ riešeniu konfliktov vo veľkej únave alebo afekte
✗ zanedbávaniu vlastných základných potrieb

Pamätaj

O deti sa najlepšie postaráš vtedy, keď sa zodpovedne staráš aj o seba. Poprosiť o pomoc nie je zlyhanie, ale prejav zodpovednosti.

Deti si vymysleli nevhodnú hru

Čo robiť

✓ pokojne hru zastaviť
✓ zistiť, čo sa im na nej páčilo alebo prečo ju chceli hrať
✓ vysvetliť, prečo je hra nevhodná alebo nebezpečná
✓ ponúknuť bezpečnú alternatívu
✓ zapojiť deti do výberu alebo tvorby novej hry

Čomu sa vyhnúť

✗ zosmiešňovaniu ich nápadu
✗ kriku alebo výhražným reakciám
✗ trestaniu bez vysvetlenia
✗ vetám typu: „To je hlúposť.“

Pamätaj:

Deti často nehľadajú zlo. Hľadajú zábavu, dobrodružstvo alebo pozornosť. Úlohou animátora nie je len zakázať nevhodnú hru, ale ponúknuť lepšiu a bezpečnejšiu alternatívu.

Dieťa na tábore zahrešilo pred celou skupinou

Čo robiť

✓ zachovať pokoj a reagovať primerane situácii
✓ pripomenúť kultúru a hodnoty tábora bez ponižovania dieťaťa
✓ ak treba, porozprávať sa s dieťaťom neskôr individuálne
✓ zistiť, či išlo o zvyk, emóciu alebo snahu zaujať
✓ byť príkladom kultivovanej komunikácie

Čomu sa vyhnúť

✗ verejnému zosmiešňovaniu
✗ moralizovaniu pred skupinou
✗ označovaniu dieťaťa za zlé alebo nevychované
✗ prehnaným reakciám na jednorazové zlyhanie

Pamätaj

Deti často opakujú slová, ktorým ani nepripisujú veľký význam. Napomínaj správanie, nie dieťa. Cieľom nie je dieťa ponížiť, ale pomôcť mu učiť sa komunikovať s úctou k druhým.

Dieťa odmieta jesť

Čo robiť

✓ pokojne sa opýtať na dôvod
✓ rešpektovať stravovacie obmedzenia
✓ povzbudiť k ochutnaniu, ale nenútiť
✓ sledovať, či dieťa počas dňa prijíma dostatok tekutín a jedla
✓ ak sa situácia opakuje, informovať vedúceho

Čomu sa vyhnúť

✗ núteniu do jedenia
✗ zosmiešňovaniu alebo zahanbovaniu
✗ súťažiam typu: „Kto zje viac.“ „Kto zje rýchlejšie.“
✗ komentovaniu postavy alebo hmotnosti

Pamätaj:

Nechuť do jedla nemusí znamenať vzdor. Dieťa môže byť unavené, v strese, necítiť sa dobre alebo si len zvyká na nové prostredie. Dôležité je prejaviť záujem a zostať pozorný, nie vytvárať nátlak.

Zaznamenal som prejavy šikany medzi deťmi

Čo robiť

✓ okamžite zastaviť nevhodné správanie
✓ ochrániť dieťa, ktoré je terčom šikany
✓ pokojne vypočuť všetky zúčastnené strany jednotlivo
✓ bezodkladne informovať vedúceho tábora
✓ situáciu ďalej citlivo sledovať a zapisovať dôležité skutočnosti

Čomu sa vyhnúť

✗ bagatelizovaniu situácie
✗ vetám: „Veď si robili len srandu.“
✗ riešeniu pred celou skupinou
✗ nútenému zmiereniu alebo ospravedlneniu bez vyriešenia problému

Pamätaj

Šikana nie je konflikt. Je to opakované alebo závažné ubližovanie spojené so zneužitím prevahy. Úlohou animátora nie je prípad vyriešiť sám, ale dieťa ochrániť a zabezpečiť, aby sa situácia riešila včas a správnym spôsobom.

Animátori sa rozprávajú medzi sebou a nevenujú sa deťom

Čo robiť

✓ pripomenúť si, že počas programu sú na prvom mieste deti
✓ rozdeliť si úlohy, aby bol niekto vždy medzi deťmi
✓ vedome vyhľadávať kontakt s deťmi a zaujímať sa o ne
✓ dôležitejšie rozhovory medzi animátormi si nechať na čas mimo programu
✓ ísť príkladom ostatným animátorom

Čomu sa vyhnúť

✗ dlhým súkromným debatám počas programu
✗ vytváraniu uzavretých skupiniek animátorov
✗ tomu, aby deti museli samy hľadať pozornosť dospelých
✗ riešeniu osobných tém počas služby

Pamätaj

Deti si zaslúžia animátora, ktorý je prítomný. Nie iba fyzicky, ale aj pozornosťou. Najdôležitejším miestom animátora je byť medzi deťmi. Vzťahy s ostatnými animátormi sú dôležité, ale počas programu majú prednosť deti.

Spoluanimátor nepripravil stanovisko (aktivitu)

Čo robiť

✓ najprv zachovať pokoj a sústrediť sa na deti
✓ spoločne zabezpečiť náhradný program
✓ podľa možností pomôcť zvládnuť vzniknutú situáciu
✓ neskôr sa porozprávať so spoluanimátorom medzi štyrmi očami
✓ hľadať príčinu a spôsob, ako podobným situáciám predísť

Čomu sa vyhnúť

✗ kritike pred deťmi alebo ostatnými animátormi
✗ zosmiešňovaniu či ponižovaniu
✗ ohováraniu alebo šíreniu nespokojnosti v tíme
✗ vetám: „Na teba sa nikdy nedá spoľahnúť.“

Pamätaj

Deti by nemali doplácať na chyby animátorov. Najprv zabezpeč program a zachovaj dobré vzťahy v tíme. Až potom pokojne rieš zodpovednosť a hľadaj príčinu aj ponaučenie.

Dieťa je stále samo a nikto ho nevolá do partie

Čo robiť

✓ všímať si, kto zostáva bokom
✓ pravidelne sa s dieťaťom rozprávať a budovať osobný vzťah
✓ prirodzene ho zapájať do spoločných aktivít
✓ zveriť mu konkrétnu úlohu alebo zodpovednosť
✓ podporovať vznik nových kamarátstiev a premiešavať skupinky
✓ sledovať, či nejde o prejav vylučovania alebo šikany

Čomu sa vyhnúť

✗ verejnému upozorňovaniu typu: „Prečo sa s ním nikto nebaví?“
✗ núteniu detí do kamarátstva
✗ zosmiešňovaniu alebo nálepkovaniu
✗ predpokladu, že dieťa chce byť samo
✗ riešeniu problému pred celou skupinou

Pamätaj

Nie každé osamelé dieťa je nešťastné. Každé dieťa však potrebuje cítiť, že niekam patrí. Jednou z najdôležitejších úloh animátora je všimnúť si dieťa, ktoré si ostatní nevšimnú.

Dieťa sa mi zverilo s vážnym problémom

(napr. ubližovanie doma, sebapoškodzovanie, šikana, psychické problémy, zneužívanie...)

Čo robiť

✓ zachovať pokoj a pozorne počúvať
✓ poďakovať dieťaťu za dôveru
✓ brať jeho slová vážne a nespochybňovať ich
✓ komunikovať, že pomoc nebude riešiť sám
✓ bezodkladne informovať vedúceho tábora
✓ postupovať podľa pravidiel organizátora a odporúčaní kompetentných osôb

Čomu sa vyhnúť

✗ sľubu: „Nikomu to nepoviem.“
✗ bagatelizovaniu alebo spochybňovaniu problému
✗ vlastnému vyšetrovaniu či vypočúvaniu dieťaťa
✗ zdieľaniu informácií s ľuďmi, ktorí ich nepotrebujú vedieť
✗ odkladaniu riešenia na neskôr

Pamätaj

Keď sa ti dieťa zverí s vážnym problémom, prejavilo ti veľkú dôveru. Tvojou úlohou nie je problém vyriešiť, ale zabezpečiť, aby sa dieťa dostalo k ľuďom, ktorí mu vedia pomôcť, a aby počas toho zostalo v bezpečí.

Dieťa sa zranilo

Čo robiť

✓ zachovať pokoj
✓ zabezpečiť prvú pomoc alebo privolať zdravotníka
✓ bezodkladne informovať vedúceho tábora
✓ postupovať podľa táborových pravidiel pri úrazoch, alebo pokynmi vedúceho
✓ upokojiť ostatné deti a zabezpečiť im ochranu a dozor
✓ zostať pri zranenom dieťati, pokiaľ je to potrebné

Čomu sa vyhnúť

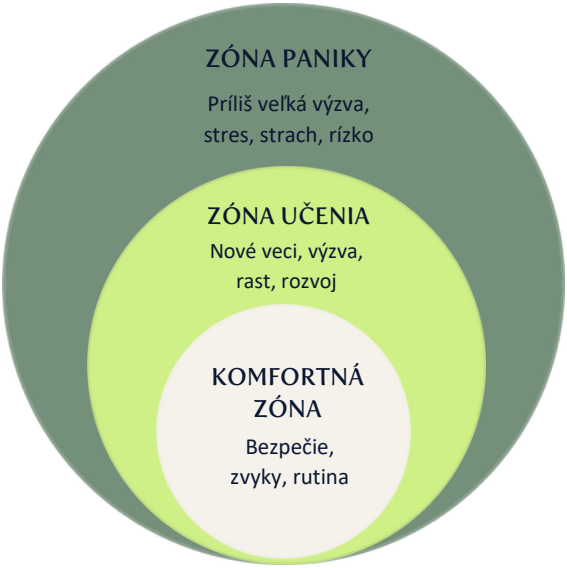
✗ panike
✗ podceňovaniu situácie
✗ amatérskym zásahom, na ktoré nemáš kompetencie
✗ zatajovaniu úrazu
✗ šíreniu nepotvrdených informácií

Pamätaj

Pri úraze rozhoduje pokoj a rýchla spolupráca. Deti často reagujú viac na správanie animátora než na samotný úraz. Bezpečnosť má vždy prednosť pred programom.

ZÓNA KOMFORTU – UČENIA – PANIKY

ZÓNY UČENIA



HRANICA POZNANIA

Zvačšujte komfortnú zónu postupne – malé kroky vedú k veľkým zmenám.

- **Komfortná zóna** – cítime sa bezpečne, ale nič nové sa nedeje.
- **Zóna učenia** – výzva, pri ktonej sa učíme, robime pokroky a rastieme.
- **Zóna paniky** – je to príliš náročné, začína nás to paralyzovať a nechceme sa učít.

Úlohou animátora nie je tlačít deti do zóny paniky, ale pozývať ich do zóny učenia.

SITUÁCIA	KOMFORT	UČENIE	PANIKA
Večerný program	sedím v izbe	zapojím sa do scénky	musím vystupovať pred 100 ľuďmi bez prípravy
Nočná hra	ostanem pri animátorovi	idem s kamarátom	pošlú ma samého do lesa na dlhý čas
Nové kamarátstva	som iba so svojou partiou	rozprávam sa s novými	zostávam opakovane bokom a nikto ma nevolá medzi seba
Modlitba alebo zdieľanie v skupinke	iba počúvam ostatných	poviem jednu vlastnú myšlienku alebo prosbu	musím pred všetkými hovoriť o veľmi osobných veciach
Turistika alebo výlet	idem iba po rovine a známou trasou	zvládnem náročnejší úsek s podporou skupiny	som úplne vyčerpaný a nestíham skupine
Táborová scénka	pozerám sa na ostatných	zahrám malú rolu	dostanem hlavnú úlohu a musím improvizovať pred celým táborom bez prípravy

Na tábore chceme deti pozývať do zóny učenia.
Nie tlačiť ich do zóny paniky. Každé dieťa má svoje hranice nastavené inde. To, čo je pre jedného dobrodružstvo, môže byť pre druhého veľký stres.
Animátor pomáha deťom robiť malé kroky dopredu. Nie veľké skoky cez ich hranice.

Anketa: Čo by dnes odkázali skúsení animátori svojmu mladšiemu ja?

Filip:
Vedúci mi ako novému animátorovi povedal, že na tábore máme byť predovšetkým pre deti. Že teraz nie je čas na dlhé rozhovory s animátormi ani na budovanie vzťahov s dievčatami. Na to bude priestor napríklad na animátorskom výlete. Dôležité pre mňa bolo, že on sám bol príkladom. Aj keď tam mal svoju frajerku, venoval sa nám a deťom.

Hanka:
Buď autentický voči deťom. Raz som bola večer veľmi unavená a priznala som deťom, že už nevládzem. Ocenili to a mali sme potom veľmi dobré rozhovory. Myslím, že nás to navzájom zblížilo.

Filip:
Rozdeľ si sily. Poznal som animátora, ktorý chodil každé ráno na tábore behať. Na tretí deň ochorel a zvyšok tábora bol preňho oveľa náročnejší.Postoj „program musí za každú cenu vyjsť“ nie je najlepší. Deti väčšinou ani nevedia, čo bolo naplánované. Ak sa niečo nepodarí podľa predstáv, často si to vôbec nevšimnú. Dôležité je zachovať pokoj a neprenášať stres na ostatných.

Anketa: Čo by dnes odkázali skúsení animátori svojmu mladšiemu ja?

Peter:
Treba si strážiť čas pre deti, ale zároveň si vedieť nájsť aj chvíľu na oddych. Pred táborom je dobré budovať vzťahy medzi animátormi, ideálne na spoločnom teambuildingu. Veľmi pomáha aj to, keď sú večerné stretnutia animátorov vedené v uvoľnenej a priateľskej atmosfére.

Anna Mária:
Dôležité je uvedomiť si, prečo idem robiť animátora na tábor. Pre mňa to vždy bolo spojené s vierou v Boha a túžbou slúžiť druhým. Každý tábor bol iný, ale vždy bolo cítiť, s akým postojom prišli animátori. Keď niekto prišiel s úprimnou motiváciou, dokázal dať zo seba veľa aj vtedy, keď sa niečo nepodarilo. Ak však človek ide na tábor najmä kvôli sebe, napríklad kvôli pozornosti alebo vzťahom, skôr či neskôr sa to prejaví. Náročné situácie na tábore určite prídu. A každý rok sú iné. Buď na to pripravený.

Andrej:
Ak sa chceš pred táborom správne naladiť, prečítaj si knihu Chlapci od Bobrej rieky od Jaroslava Foglara. Je to príbeh o priateľstve, odvahe, službe druhým a dobrodružstve, ktoré vzniká v dobrej partii. Presne o tom by mal byť aj dobrý tábor.

Pozri si webinár „Ako prežiť tábor“.
Naskenuj QR kód alebo klikni na text.

Otvoriť video na YouTube

Autor: Andrej Skala
Metodik pre vzdelávanie

© Domka – Združenie saleziánskej mládeže, 2026, 1. vydanie