



POST

PANDEMICKÁ



PEDAGOGIKA



**NOVÉ PRAVIDLÁ
VZDELÁVANIA**



Henrieta Holúbeková

„Už nečakajte ani chvíľu na štát, školstvo a inštitúcie. Vaše deti a študenti nečakajú. Definujú sa aj v tejto chvíli, kým vy čítate tento text. Tu je skvelý návod, ako im byť silným partnerom, a zároveň šanca pre nás dospelých znova sa zadefinovať v novej „plávajúcej dobe“, kde jedinou istotou je neistota. Kúpte si k tejto knihe rovno aj ceruzku, pretože som si istá, že si budete chcieť podčiarkovať!“

Zuzana Fialová, herečka, vysokoškolská pedagogička



„Táto správa (kniha) mapuje svet mladých generácií, no vypovedá aj o stave súčasného školstva a sveta. Zároveň však poskytuje aj kľúče k duši mladých ľudí a návody, ako ich posúvať vpred. Živým a pútavým jazykom sa obracia do budúcnosti a dovoľuje pochopiť rýchlo sa meniaci svet dneška. Skvelé a inšpiratívne čítanie, ktoré treba zaviesť do praxe...“

PhDr. Peter Roháč, stredoškolský učiteľ dejepisu



„Kým politici a akademici už roky vymýšľajú jednu reformu školstva za druhou, Heňa Holúbeková vytrvalo, trpezlivo, odhodlane a s nadšením mení vzdelávanie na školách zospodu. Miesto prázdnych poučiek prináša ľuďom v najcitlivejšom veku témy, ktoré sa bezprostredne dotýkajú ich života a budúcnosti, a tým aj nádej, že svet dospelých nie je úplne mimo. Držite v rukách dlhoročnú prácu obdivuhodného človeka, ktorý vie o našich deťoch viac než my sami.“

Tomáš Nejedlý, novinár Forbes Slovensko

„Veľmi ma oslovila myšlienka: Staňme sa nositeľmi zmeny! Ale v tejto knihe je toľko informácií, že ju nepustíte, kým ju neprečítate celú. Práve som ju dočítala, sedím tu so slzami v očiach. Aj Vám pomôže mnohé pochopiť. Porodila som štyri deti, ale tento svet nie je ideálne miesto... Vzdelaním si môžeme v živote neskutočne pomôcť, uľahčí nám život. Pretože, ak niečo neviem, neznamená to, že to vedieť nechcem. Často nevieme, ako sa dostať tam, kam chceme, vo viacerých oblastiach, preto každý nový spôsob je šanca... ľudia, ktorí pomáhajú hľadať tieto cesty deťom a mládeži, majú môj veľký obdiv, tak ako aj autorka tejto knihy.“

**Mia Volarik, mamička štyroch detí a YouTubera Maja
Semana (22. 9. 2000 – 1. 9. 2021)**



„Teším sa z tejto knihy, keďže je dôležité, aby sa zmenil prístup k vzdelávaniu. Ak chceme, aby sa ľudstvo posunulo dopredu, tak naše deti by sa mali vzdelávať nielen v oblasti IT, ale aj v oblastiach komunikácie, empatie, konštruktívnej kritiky, v oblasti medziludských a partnerských vzťahov, vedomej starostlivosti o svoje zdravie... Preto som vďačný za túto knihu, v ktorej nájdete jednoduché cvičenia a návody. Tie môžu výrazne pomôcť nielen učiteľom, ale aj rodičom a, samozrejme, hlavne našim deťom. Za čo Heni veľmi pekne ďakujem... ☺“

**Peter Planieta, poradca zdravého životného štýlu,
ktorý pred dvadsiatimi rokmi založil sieť obchodov
so zdravými potravinami na Slovensku**

„Túto knihu chcem mať. Ako mama, ako pedagóg, ako doktorka sociálnej práce aj ako človek, ktorý cíti neistotu z toho, čo sa deje okolo nás, a aj ako zvedavec, ktorého zaujímajú nové prístupy, metódy, riešenia. Autorka v tejto knihe vychádza z inšpirujúcej Životológie, nezabúda ani na staré osvedčené výchovno-pedagogické skúsenosti, no predovšetkým ponúka nové náhľady reflektujúce dobu, v ktorej žijeme. Vysvetľuje, odkazuje a veľmi prehľadne, a aj prakticky navádza „ako na život“. Kniha je skvele a prehľadne napísaná, každý si vyberie, čo potrebuje.“

Mgr. Bibiana Ondrejková, PhD., herečka, moderátorka



„Každý z nás, kto sa zaujíma o svetové dianie a vývoj spoločnosti, sa už určite (aspoň okrajovo) stretol s pojmami a tematikou, ktoré v tejto knihe jasne uvádza autorka Henrieta Holúbeková. Poznatky a štúdie, ktoré mohli znieť v nedávnej minulosti trochu ako sci-fi, dnes oznamujú, že moderná budúcnosť je už tu. A spolu s ňou aj nový, iný pohľad na prístup k výchove a formovaniu detí a mládeže. Táto skvelá kniha nám ponúka uvedomenie a pochopenie myslenia nového človeka, ktorý žije v prítomnej dobe a v okolnostiach. Vďaka nej sa môžeme naučiť, ako správne viesť budúce generácie a odovzdávať im to najlepšie z našich skúseností a znalostí.“

Fredy Ayisi, tréner karate, učiteľ jogy, priekopník kultúry hip-hopu na Slovensku

„Životológia je kniha plná života. Je o osobných výzvach, zaujímavých cvičeniach, každodenných problémoch a návrhoch riešení. Mal by po nej siahnúť každý, kto chce lepšie pochopiť život súčasných mladých ľudí a navrhnúť im zaujímavý vzdelávací obsah.“

Robert Chovanculiak, autor knihy Pokrok bez povolenia



„Spoznaj svojho tínedžera, to je pre mňa hlavný odkaz tejto knihy. A spoznaj, že doba sa zmenila a deti majú iné potreby. Nauč ich nielen snívať, ale stoj pri nich, keď sa rozhodnú realizovať svoje sny. A neboj sa tej zmeny sveta, detí i svojej. Lebo tie najdôležitejšie súčasti života – láska, priateľstvo a vzájomná úcta, podpora a empatia – sú nemenné a stále sa na nich oplatí stavať.“

**Miroslava Kuracinová Valová, adoptívna matka dvoch detí,
autorka rozhlasových hier a editorka tejto knihy**



„Toto je síce knižka do kabelky, ale nezhltnete ju za víkend na deke. Na každej strane je toľko zaujímavých informácií, že niektoré budete čítať znova a znova...“

**Evita Twardzik, šéfredaktorka magazínu Evita,
typická predstaviteľka rodiny v novom ponímaní, mama
a macocha piatich detí**

Henrieta Holúbeková

Postpandemická pedagogika

**Nové pravidlá
vzdelávania**

Prvé vydanie

V roku 2021 vydala Lifeology, s. r. o.

Ilustrácie a grafická úprava: Vivien Papáneková
Zodpovedná redaktorka: Miloslava Smyková
Jazyková redaktorka: Miroslava Kuracinová Valová
Tlač: Západoslovenské tlačiarne Skalica, s. r. o.
www.zapadotlac.sk
Prvé vydanie.

ISBN pre PDF - 978-80-974081-1-4

EAN 9788097408114

Všetky práva vyhradené. Krátke ukážky pre účely recenzie, cvičenia, ktoré budú používané na vyučovaní je možné voľne používať a šíriť s uvedením loga ale-bo názvu Životológia® a označením tejto knižky ako zdroja cvičení, myšlienok a názorov.

Obsah

<i>Venovanie</i>	5
<i>Vitajte pri čítaní Postpandemickej pedagogiky – nových pravidiel vzdelávania</i>	6
<i>Namiesto úvodu</i>	11
1. Ako štvrtá priemyselná revolúcia ovplyvnila naše životy	15
1.1 Trh práce v ére štvrtej priemyselnej revolúcie po pandémie a požiadavky kladené na vzdelávanie	27
1.2 Piaty najväčší nepriateľ človeka v digitálnej dobe	33
1.3 Ľudský mozog	49
2. Súčasné generácie mládeže a detí – Generácia Z a Generácia Alfa	55
2.1 Charakteristika Generácie Z	76
2.1.1 Špecifiká výchovy a vzdelávania Generácie Z	85
2.2 Charakteristika Generácie Alfa	123
2.2.1 Špecifiká výchovy a vzdelávania Generácie Alfa	135
3. Kde sme v tomto všetkom my, rodičia a učitelia	139
3.1 Súčasná situácia	143
3.2 Zmenená úloha školy	152
3.3 Zmenená úloha učiteľa	156
3.4 Zmenený spôsob fungovania rodín	161
<i>Namiesto záveru</i>	165
<i>Podakovanie</i>	168

Venovanie

Túto knihu venujem mladým ľuďom, pretože oni sú konečnými príjemcami snaženia učiteľov, rodičov a všetkých dospelých, ktorí s nimi pracujú. Ale chcem ju venovať aj dospelým, pre ktorých som ju napísala, a želám si, aby mali aj vďaka nej spolu s mladými naďalej silu robiť tento svet krajším. Tiež mojím deťom Nikolasovi, Vivien a Denisovi, ktorí mi ukazujú, ako vyzerá tento svet ich očami.

Vitajte pri čítaní Postpandemickej pedagogiky – nových pravidiel vzdelávania

Teším sa, že držíte túto knihu v rukách práve VY! Pretože som počas môjho prieskumu na sociálnych sieťach zistila, že moje knihy kupujú obyčajní neobyčajní ľudia. Rodičia, učitelia a študenti pedagogických škôl.

Prečo som túto knihu napísala?

Mojím hlavným zámerom je ukázať iný uhol pohľadu na spôsob výchovy a vzdelávania v súčasnom svete.

Mojím vedľajším zámerom je podať vám pomocnú ruku k tomu, aby sme prežili v súčasnom vzdelávacom systéme, rodičovstve a nezrútili sa. Aby sme úspešne zvládli učiteľstvo a rodičovstvo bez ujmy na svojom psychickom zdraví a zdraví našich potomkov, žiakov a študentov. Ako to chcem dosiahnuť? Odovzdám vám informácie, nástroje, metódy a princípy, staré aj novodobé techniky, pomocou ktorých si zásadne uľahčíte celý výchovný a vzdelávací proces. Efektívne im odovzdáte to, čo ich chcete naučiť, tak, že to pochopia ľahko, jasne a rýchlo. Jednoducho, aby si sami mohli slobodne vybrať to, čo je pre nich najlepšie. Pretože zastávam názor, že každý z nás SÁM najlepšie vie, čo je pre neho najlepšie. Bez ohľadu na vek, vzdelanie, spoločenský status alebo prostredie, z ktorého pochádza. Pozor, nemýľme si to, že väčšina ľudí nevie, čo chce, s tým, že väčšina ľudí vie, čo je pre nich najlepšie. Naše vnútro nám to jasne komunikuje. Stačí len vedome „fungovať“ a neodpájať sa, a rozumne udržiavať v rovnováhe rozum a pocity – ten „vnútorný kompas“.

Pre koho je táto kniha určená?

Dospelí – rodičia, ktorí sa nedobrovoľne počas pandémie stali aj učiteľmi svojich detí a zakúsili, čo je to vzdelávať. Experti a špecialisti v oblasti práce s mládežou, teda učitelia, lektori, športoví tréneri mladistvých, kariérni poradcovia detí a mládeže, výchovní poradcovia na školách, psychológovia, pracovníci Centier pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencie, sociálni pracovníci v detských domovoch,

resocializačných a iných zariadeniach.

Hovorím im aj „dospelí, ktorým záleží na mládeži“.

Mládež – študenti stredných a vysokých škôl, ktorí aktívne pracujú s mládežou, angažujú sa v dobrovoľníctve, v neziskovom sektore, v mládežníckych organizáciách, pripravujú sa na pedagogické povolanie, študenti pripravujúci sa na psychologickú dráhu.

Hovorím im aj „mládež, ktorej záleží na živote“ – svojom aj spoločenskom.

Prečo vám to chcem odovzdať?

Lebo doba sa zmenila.

Mnoho starých právd funguje dodnes a bude fungovať naďalej do konca vekov. Tie je dôležité zachovávať, pripomínať a šíriť. Práve tie zachovávam a píšem o nich v nasledujúcich kapitolách, pretože tie nás oddeľujú od robotov, umelej inteligencie a digitálnych technológií. Sú z môjho pohľadu v procese výchovy a vzdelávania životne dôležité a kľúčové. Nikdy by sa nemali meniť a mali by sa uchovávať a odovzdať z generácie na generáciu.

Zároveň píšem aj o veciach a vplyvoch, ktoré SÚ iné.

Čo je iné?

1. Žijeme v období štvrtej priemyselnej revolúcie, ktorá sa volá Industry 4.0 a máme „skoro“ po pandémie, ktorá sa však ešte neskončila – čo to prináša do výchovy a vzdelávania?
2. Generácie detí, mládeže, a už aj súčasných dospelých sú iné ako predošlé. (Mám na mysli dospelých – mileniálov, ktorí sú už na pracovnom trhu – deti „nežnej revolúcie“, z ktorých dnes už sú dospelí tridsiatnici, generáciu Z, ktorí sú v rozpätí od 11 rokov – teenageri vchádzajúci do puberty až po 26-ročných čerstvých absolventov vysokých škôl – to sú všetko „Zetká“ – a generáciu Alfa, teda všetky deti vo veku od 0 do 11 rokov vrátane tých, ktoré sa ešte len narodila do roku 2025 – tak to nastavili sociológovia. Po nich príde generácia Beta, ale tak ďaleko už nepôjdeme.)

Mojím cieľom a zámerom je naučiť druhých, ako využívať neformálne

metódy vo vzdelávaní. Inšpirovať ich, aby učili zaujímavo, jasne, ľahko a hravo. Zároveň aby mali z toho sami zábavu a radosť namiesto stresu, nevhô a problémov. Jednoducho, nech majú z výukového procesu radosť aj študenti, aj učitelia.

Nech výchova prestane byť o zákazoch, hádkach, manipulácii a citovom vydieraní. Kontrole. Nech je o vzájomnom pochopení, spolužití v láske, vzájomnej podpore a spoločnom rozvoji. Zabudnime na to, ako nás viedli naši rodičia a starí rodičia. Narobili nechtiac plno chýb a z tých sa my dospelí dostávame celé roky, dokonca desaťročia. Niektorým z nás to ani nedôjde a budeme naďalej chcieť riadiť svoje deti a mládež v triedach. Pre tých z vás mám zlú správu. Povedie to k tomu, že sa deti od vás potom úplne „odpoja“ a nastavia si vlastný život a nebudú s vami ani komunikovať. Vás to bude bolieť a budete bezmocní.

Témy, ktoré v jednotlivých kapitolách tejto knihy načrtávam, sú také hlboké a rozsiahle, že každá z nich je hodná samostatnej knihy. Cieľom tejto knihy však bolo napísať odborné veci populárnym, jednoduchým, zrozumiteľným štýlom tak, aby im porozumel každý – od dlhoročného učiteľa, profesionála, ktorý prednáša na základnej, strednej alebo vysokej škole, až po rodiča bez pedagogického vzdelania, ktorý vychováva svoje deti. Knižka je rovnako venovaná s láskou a povzbudením aj začínajúcim učiteľom, lektorom a študentom pedagogických škôl. Niektorým odborným výrazom sa nedalo vyhnúť, pretože by myšlienky stratili svoj pravý zmysel. Preto možno poslúži aj ako novodobá učebnica.

Predpokladám, že ju budú čítať rôzni čitatelia. Niektorí ju budú čítať súvisle kapitolu za kapitolou. Iní budú chcieť preskúmať k niektorým témam a tvrdeniam viac zdrojov a ponoriť sa viac do hĺbky popísanej témy. Pre tých z vás sú do knihy vložené QR kódy publikácií, dokumentov, príručiek, audio – a videomateriálov, ktoré podľa mňa stoja za hlbšie preštudovanie a slúžili mi ako podklady k jednotlivým témam. Vybrala som z nich však iba malinký zlomok toho úžasného množstva poznatkov, postojov a výsledkov, ktoré poskytujú. Ak ich budete využívať, stane sa pre vás táto knižka interaktívnou učebnicou. Preto vám odporúčam vziať si pri čítaní tejto knižky do ruky mobilný telefón, stiahnuť si do neho aplikáciu, ktorá sa volá čítačka QR kódov, a vždy, keď narazíte na nejaký QR kód v knihe, oskenujte ho a uvidíte, čo tam nájdete.

Rozloženie jednotlivých kapitol je zámerne vytvorené v rovnakej štruktúre, ako prebiehajú hodiny/lekcie Životológie. Každá kapitola sa začína príbehom, ktorý poukazuje na nejaký problém, ale ponúka aj riešenie. Pre tých, ktorých zaujímajú vysvetlenia, je tam vždy teória. Pre tých, čo majú radi rýchle a hotové riešenia, sú k dispozícii cvičenia, ktoré robíme na hodinách Životológie. Na konci každej kapitoly je Osobná výzva, pomocou ktorej si budete môcť vyskúšať, či dokážete použiť v reálnom živote niektoré z možných riešení. Ak vás osobná výzva osloví alebo zafunguje, môžete ju použiť ako cvičenie pre vašich študentov.

Namiesto úvodu

Táto kniha nie je o pandémie, ale skôr o svete, ktorý sa postupne tvorí v postpandemickom období. Žijeme vo svete, v ktorom už prebieha tzv. digitálna revolúcia, a mnohým z nás to ani „nedochádza“. Najdôležitejší nie je ani tak samotný svet, ale ako sa k nemu postavíme, aký postoj ku všetkému zaujmeme. Každý veľký šok v dejinách ľudstva mal rôznorodé dosahy, ktoré záviseli od toho, v akom stave bol v danom čase svet a ako ľudia na daný šok reagovali – či strachom, popieraním, alebo prispôbením sa.

Nám sa to možno ani nezdá, ale žijeme v hlboko prepojenom svete. Ukázal to nový koronavírus a jeho vplyv. Žiadna krajina na tejto zemeguli nebola pripravená na pandémiu a mnoho z nich zatvorilo svoje spoločnosti a „zamrazilo“ ekonomiky v takom rozsahu, aký v ľudských dejinách nemá obdobu. O „postpandemickom svete“ ešte nehovorím v tejto knihe v tom zmysle, že koronavírus je za nami, ale v tom zmysle, že sme prekročili zásadnú hranicu. Pandémia covidu-19 pretrvá, no ak by sme aj vírus vyhubili, dejiny nám dokazujú, že takmer určite v budúcnosti prepuknú ďalšie epidémie nových chorôb. Vďaka tejto skúsenosti a vďaka týmto poznatkom dnes žijeme v novej dobe postpandemickej.



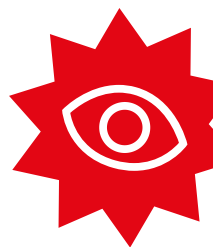
Fareed Zakaria sa vo svojej knihe *Desať ponaučení pre postpandemický svet* zamýšľa presne nad týmito otázkami: Aké sú dôsledky tejto pandémie? Niektorí tvrdia, že to bude zlomová udalosť v moderných dejinách; moment, ktorý navždy zmení ich chod. Iní sú presvedčení, že s príchodom vakcíny sa rýchlo vrátíme do normálu, akoby sa nič nestalo. A podľa ďalších pandémie dejiny ani tak nezmení, ako ich skôr urýchli. Domnieva sa, že tento posledný scenár je ten najpravdepodobnejší. Cituje V. I. Lenina, ktorý vraj raz povedal: „Sú desaťročia, počas ktorých sa nič nestane, a potom sú týždne, počas ktorých sa stanú desaťročia.“ Zakaria predpokladá, že postpandemický svet bude v mnohých ohľadoch zrýchlenou verziou sveta, ktorý teraz poznáme. Podľa jeho slov tretí šok prežívame práve teraz. Je možno najväčší

a určite je najglobálnejší. To, čo sa začalo ako zdravotný problém v Číne, čoskoro prerástlo v globálnu pandémiu.

To však bol len začiatok. Nastala zdravotná kríza, sú tu ekonomické škody na úrovni veľkej hospodárskej krízy. Jej politické dosahy sa v každej krajine ešte len ukážu. Sociálne a psychologické vplyvy – strach, izolácia, úzkosť, pocit nezmyselnosti – pretrvávajú možno ešte dlhšie. Covid-19 má hlboké a trvalé následky na každom z nás, pričom ich teraz ešte nedokážeme plne pochopiť. Každú z obrovských globálnych kríz však spustilo niečo malé, zdanlivo triviálne. Vyberme si tri najvýraznejšie udalosti tohto storočia, ktoré Zakaria nazval „netopierim efektom“, čo znamená, že ovplyvnili celý svet tak, že malá vec, skutok, čin spustil veľké škody na celom ľudstve. Prvou z nich sú útoky z 11. septembra 2001, ktoré vykonalo devätnásť mladých mužov vyzbrojených najjednoduchšími a najprimitívnejšími zbraňami – malými nožikmi, aké sa používali už v dobe bronzovej pred štyritisíc rokmi. Týchto devätnásť mužov však spustilo v nasledujúcich rokoch vlnu vojen, spravodajských operácií, vzbúr a represii po celom svete. Alebo sa zamyslime nad pôvodom svetovej finančnej krízy. Vraj ju spustil jeden čudessný finančný produkt s názvom „credit default swap“. Bol to určitý typ poistenia hypoték pre prípad neschopnosti dlžníka splácať, ktorý bol vplietaný do iných produktov a prebalovaný, porciovaný a rozpredávaný, až z neho vyrástol trh s veľkosťou 45 biliónov dolárov, čo je trikrát viac než celá americká ekonomika a čo sú tri štvrtiny svetovej ekonomiky. A keď sa tento trh zrútil a s ním aj svetová ekonomika, spustila sa vlna populizmu. Nebyť credit default swapov, podľa slov Fareeda Zakariu, možno by nikdy Donald Trump nebol zvolený za prezidenta.

A čo sa týka tejto pandémie, dnes už všetci vieme, ako malá vírusová častica pochádzajúca vraj z netopiera z čínskej provincie Chu-pej dostala celý svet na kolená. Je to skutočný prípad motýlieho efektu – naplnenie tézy, že trepotanie motýlieho krídla môže ovplyvniť počasie na druhom konci sveta. Malé zmeny môžu mať veľké dôsledky. Ak sa v elektrických či počítačových sieťach jeden maličký prvok pokazí a záťaž z neho sa presunie na druhý, a ten sa takisto pokazí, môže to spôsobiť reťazovú reakciu, ktorá rastie a rastie ako vlnka, z ktorej sa nakoniec stane cunami. Nazýva sa to „kaskádové zlyhanie“. Malá softvérová chyba alebo pokazený transformátor môžu spôsobiť zlyhanie celého systému. Niečo podobné sa deje v biológii. Drobná infekcia

v krvi môže viesť k malej zrazenine, ktorá prostredníctvom reťazovej reakcie spôsobí rozsiahly infarkt – tento proces sa nazýva ischemická kaskáda. V minulosti sa epidémie považovali za niečo, čo človek nemôže ovplyvniť. Pomenovanie influenza (chrípka) vieme napríklad vystopovať k talianskej ľudovej povere, ktorá pripisovala zimnicu a horúčky vplyvu hviezd (čiže „la influenza“). V priebehu času sa však vnímanie zmenilo a ľudia sa začali zameriavať na viditeľné stránky problému, čo bol dôležitý krok k úsiliu vyriešiť ho. Francúzi nazývali chrípku grippe, čo znamená „záchvat“. Názov pravdepodobne odkazuje na pocit zo-vretia v hrdle a na hrudi. Počnúc rokom 1990 náhle masívne „záchvaty“ zasiahli svet takmer každých desať rokov a spôsobili kaskádový efekt. Prídu ďalšie. Nedejú sa cielene, no nie sú ani úplne náhodné. Sú súčasťou medzinárodného systému, ktorý sme vytvorili. Tento systém musíme pochopiť – inými slovami, musíme pochopiť svet, v ktorom žijeme, aby sme pochopili nadchádzajúci postpandemický svet.



KAPITOLA Č. 1



AKO ŠTVRTÁ PRIEMYSELNÁ
REVOLÚCIA OVPLYVNILA
NAŠE ŽIVOTY

