

AKO PRACOVAŤ S CVIČENIAMI

Každé cvičenie je rozdelené do niekoľkých odstavcov, ktoré dávajú návod, ako viesť jednotlivé časti cvičenia.

Cieľ – v ciele je definovaný účel cvičenia – aké vedomosti alebo zručnosti môžeme cvičením sprostredkovať účastníkom. V odstavci o ciele je v zátvorke zadefinovaná cieľová skupina, pre ktorú je cvičenie vhodné.

Cieľová skupina – v zátvorke za definovaním cieľa je zoznam cieľových skupín, pre ktorých je cvičenie určené. Skratky, ktoré sú v zátvorkách použité znamenajú – žiaci základných škôl (ZŠ), stredoškolskí študenti (SŠ), dospelí – vysokoškooláci, učitelia... (D). V prípade, že cvičenie sa dá použiť pre všetky cieľové skupiny, nie je cieľová skupina osobitne spomenutá. Pre jednoduchosť väčšinou (nezávisle od cieľovej skupiny) hovoríme o účastníkoch cvičenia ako o študentoch.

Postup – v postupe sa popisuje, akým spôsobom treba rozdeliť účastníkov do skupín, či treba použiť nejaké pomôcky, ako je vhodné povedať inštrukciu a ako viesť cvičenie až do konca. Niekedy sa počas postupu robí aj diskusia o jednotlivých krokoch cvičenia, ale tá je podrobnejšie rozobratá až v časti diskusia.

Delenie do skupín – je veľa metód, ako deliť účastníkov do takých skupín, ako je potrebné pre cvičenie. Môžete použiť rôznorodé hry na delenie, losovanie alebo direktívny výber podľa sedenia, či odpočítavanie. Takisto je možné použiť zoskupovanie účastníkov podľa rôznorodých kritérií alebo podľa ich vlastnej voľby.

Pomôcky – vo väčšine cvičení nie sú potrebné žiadne pomôcky. Ak áno, tak sú v návode na aktivitu spomenuté. Všetky pomôcky, až na výnimky, sú písomné inštrukcie, ktoré sú priložené v prílohe vhodnej na kopírovanie. Študenti budú niekedy potrebovať pero a zošit na poznámky.

Inštrukcia – v cvičeniach sú napísané inštrukcie tak, ako by bolo dobré, aby ich povedal vedúci aktivity. Sú napísané kurzívou. V niektorých cvičeniach sme miesto opisu postupu použili inštrukciu ako priame vysvetlenie toho, čo majú účastníci urobiť. V niektorých cvičeniach je spôsob, akým sa má Inštrukcia povedať (citovať), kľúčový, lebo zle povedaná Inštrukcia môže zmeniť alebo pokaziť celý zmysel aktivity. Tam, kde je Inštrukcia len „vedením“ aktivity, nie je osobitne spomenutá.

Diskusia – v diskusnej časti sú otázky, ktoré môže vedúci aktivity položiť účastníkom, aby využil potenciál ich zážitku na vyvodenie princípov alebo cieľa aktivity. Ak niektorá aktivita vyžadovala komplexnejšiu analýzu, alebo „návod“, ako využiť jej potenciál, snažili sme sa ho v diskusii popísať.

Ďalšou vecou, ktorú sme sa snažili pri niektorých zložitejších aktivitách popisovať, je **opis rôznych typov správania** medzi účastníkmi počas aktivity. Ak aktivita má potenciál vyvolať rôzne typy správania, snažili sme sa ich popísať, aby ich vedúci aktivity mohol v diskusii použiť.

Takisto sme sa snažili pri niektorých aktivitách spomenúť niektoré **problémy**, na ktoré môže či už vedúci alebo účastníci počas aktivity naraziť. Tieto problémy je potom možné použiť v diskusii na hľadanie vhodných riešení, ak by na ne narazili v realite.

Spojenie s teóriou sme urobili stručným výkladom v diskusii cvičenia alebo cez pikogram s príslušným číslom cvičenia, ktorý sa nachádza aj v teoretickej časti súvisiacej s cvičením.

Práca so simuláciami

Simulácie sú komplexnejšie a dlhšie trvajúce cvičenia, ktoré sa venujú relatívne podrobne rozpísaným situáciám inšpirovaným realitou. Tieto simulácie konfliktných situácií sú popísané z pohľadu dvoch strán, ktoré sú v konflikte. Inštrukcie k simuláciám, ktoré dostanú do rúk účastníci, sú v prílohe. Inštrukcie pre účastníkov opisujú situáciu z pohľadu strany a dávajú jej návod, ako sa vžiť do jej „kože“. Účastníci v mediačných simuláciách hrajú roly pohádaných strán, aby navodili konfliktnú situáciu, ktorú musí mediátor pomocou mediačného postupu za využitia nadobudnutých zručností riešiť. Mediačné simulácie síce dávajú inštrukcie stranám v konflikte, ale sú orientované najmä na mediátora – strany sú „len prostriedkom“ na tréning mediačných zručností mediátorov.

So simuláciami sa pracuje tak, že účastníci po tom, ako dostanú do rúk svoju časť simulácie a inštrukcie, pracujú samostatne na riešení konfliktnéj situácii. Vráti sa v stanovenom časovom limite alebo po tom, ako dospeli k riešeniu a splnili inštrukcie a úlohy. Samotné riešenie vyjednávacích a mediačných simulácií trvá obvykle okolo 30 minút.

Simulácia a hranie rol je jedným z najefektívnejších spôsobov učenia, pretože spája jednotlivé oddelene naučené zručnosti do prirodzeného celku a vyžaduje od účastníka, aby sa stotožnil s rolou a zažil na vlastnej koži, ako je to vystupovať v konflikte či už v pozícii strany v konflikte alebo v role vyjednávачa a mediátora.

CVIČENIA K ÚVODU KONFLIKTOV



1 | DEFINÍCIA KONFLIKTU

Cieľ: Zadefinovať si pojem konflikt.

Spôsob: Rozdeľte študentov do 4-členných skupín, jeden zo skupiny nech je zapisovateľ nápadov.

Inštrukcia: *Napíšte jednu alebo viac definícií konfliktu, tak ako ho chápete vy. Čo to podľa vás konflikt je?*

Diskusia: Spýtajte sa skupín, kto chce povedať svoju verziu definície. Nech člen skupiny prečíta pred ostatnými, ako zadefinovali v ich skupine konflikt. Podstatu zopakujte a vyzvite ďalšiu skupinu, ktorá ho zadefinovala trochu inak. Opäť zopakujte podstatu definície druhej skupiny. Pokračujte, až kým každá skupina neprečíta svoju verziu.

Zosumarizujte definície skupín a pridajte niekoľko od iných autorov z kapitoly o definícii konfliktu.



2 | ČO SI MYSLÍM O KONFLIKTOCH

Cieľ: Diskutovať o rôznych prístupoch ku konfliktom a ako ich vnímajú študenti.

Spôsob: A) Rozdajte účastníkom hárok s rozmnoženou tabuľkou.

Inštrukcia: *V každom riadku máte polárne pohľady na to, ako sa dá vnímať konflikt. Svoj pohľad, to, ako si to vy myslíte, nie ako to je alebo by to malo byť, vyjadrite tým, že dáte krížik do štvorčeka, ktorý je bližšie k vášmu názoru. Čím bližšie k jednému z nich, tým viac si to myslíte. Máte na to 5 minút.*

B) Prečítajte študentom oba póly z jedného z názorov nechajte ich po krátkom rozmýšľaní (bez diskusie) vyjadriť svoj názor tak, že sa postavia do rohu, ktorý vyjadruje jeden z názorov.

Inštrukcia: *Do tohoto rohu sa postavia všetci tí, čo si myslia, že konfliktom sa dá predísť, že by nemuseli byť. A do druhého rohu sa postaví všetci tí, čo si myslia, že nech sme akokoľvek dokonalí, tak konflikty vždy budeme mať.*

Diskusia: Pýtajte sa študentov, čo si zaznačili a prečo. V B verzii, prečo sa postavili do toho rohu. Pýtajte študentov aj na jeden aj na druhý pól. Potom sa spýtajte, ktorý z pólových postojov prispieva riešeniu konfliktu a ktorý ho naopak stupňuje. V podstate by pravá strana mala reprezentovať postoje ku konfliktu, ktoré podporujú efektívne riešenie konfliktov a ľavá strana popisuje skôr postoje alebo názory, ktoré vytvárajú predsudky voči konfliktom. Krátky komentár ku každému z riadkov tabuľky:

Ak vnímame konflikt ako súboj kto z koho, máme postoj súperivý. Ak vnímame konflikt ako deštrukciu, ako niečo ubližujúce vzťahom, máme tendenciu vyhýbať sa riešeniu konfliktov – neznamená to, že ich nemáme, ale skôr že ich neriešime. Ak v konflikte ide iba o jedinú pravdu, nie je možné nájsť spoločnú dohodu bez presvedčenia druhej strany. Presvedčenie o tom, že konflikty by

nemuseli byť, nás vedú opäť skôr k vyhýbavému správaniu – ak nejaké vzniknú, a vyvolajú v nás pocity viny za to, že sme spôsobili niečo, čo by nemuselo byť, keby sme „skromní, ústretoví a úctví k druhým“. Presvedčenie o tom, že konflikty spôsobujú tí, čo nevedia kontrolovať svoje emócie, sa zakladá na čiastočnej pravde v prípade konfliktov, kde sa niekto naozaj neovládol a vybuchol, ale rovnaký počet konfliktov majú aj ľudia, ktorí veľmi usilovne kontrolujú svoje pocity. Dôležité je neignorovať svoje aj druhého pocity, ktoré sú dôležitou súčasťou porozumenia strán. Ak strany rozumejú svojim pocitom navzájom, pomáha im to hľadať riešenia, ktoré rešpektujú aj pocity strán a nielen „zdravý rozum“. Znakom dobrého vzťahu nie je neexistencia konfliktov, ale konštruktívny a citlivý spôsob ich riešenia. Isté osobnostné vlastnosti sú nám dané, ale učením sme schopní ovplyvniť naše zručnosti v riešení konfliktov, aj narábať s našimi „vrodenými vlastnosťami“ tak, aby sme konflikty riešili efektívne.



3 | V ČOM JE ZDROJ KONFLIKTU

Cieľ: Diskutovať o tom, podľa čoho rozpoznáme, čo je zdrojom konfliktu. (SŠ, D)

Spôsob: Rozdajte hárok so situáciami.

Inštrukcia: Prečítajte si každú situáciu. Prirad'te jej typ zdroja konfliktu. Ak si myslíte, že z popisu konfliktnej situácie to nie je jasné, povedzte, čo by ste potrebovali vedieť od strán a ako by ste sa ich na to opýtali.

Diskusia: V diskusii prejdite jednotlivé situácie a hľadajte zhodu v tom, aký je zdroj konfliktu. Môžu sa objaviť viaceré názory. Vždy sa opýtajte, na základe čoho si jednotliví ľudia myslia, že zdrojom konfliktu je to, čo určili. Jednotlivé situácie môžu byť interpretované rôzne a potom aj zdroj konfliktu môže byť iný. V prípade, že bude sporné, aký je zdroj konfliktu, rozohrajte konkrétnu situáciu a dajte dvom ľuďom rozohrať dialóg strán v konflikte. Na základe toho, ako sa bude dialóg uberať, určíte zdroj konfliktu. Cieľom prehrávania je upozorniť na to, že ak nie je jasný zdroj konfliktu, vedľa ho pomenovať strany (niekedy s pomocou tretej osoby – mediátora).



4 | ASOCIÁCIE NA SLOVO KONFLIKT

Cieľ: Ukázať študentom, aký je pomer negatívnych a pozitívnych emócií a asociácií spojených s pojmom konflikt.

Spôsob: Dajte celej skupine inštrukciu.

Inštrukcia: Teraz mi skúste nahlas diktovať všetky slová, čo vám napadajú, keď počujete slovo konflikt. Hovorte tak, aby som si to stihol/la zapisovať na tabuľu. Môžu to byť slovesá, podstatné mená, prídavné mená, skratka akékoľvek slovo, ktoré vám napadne.

Slová a výroky zapisujte na tabuľu. Keď budete mať plnú tabuľu, spolu so žiakmi rozdeľte slová na také, čo majú pozitívny náboj, negatívny náboj a také, čo sú vnímané ako negatívne a pozitívne zároveň (ambivalentné) alebo ktoré neobsahujú emocionálny náboj a sú vnímané študentami ako neutrálne.

Diskusia: Po rozdelení slov do troch skupín, poukážte na to, že skoro vo všetkých prípadoch majú ľudia v sebe namiešaný podobný pomer pozitívnych a negatívnych asociácií. Pomer, ktorý nám väčšinou vychádza (ak máme 60 slov na tabuli) v najrôznorodejších skupinách je 42 negatívnych : 12 ambivalentným : 6 pozitívnym slovám. Spýtajte sa žiakov, ako môže takéto negatívne nastavenie človeka ovplyvniť v tom, ako rieši konflikty. Porozprávajte sa o rôznych prejavoch útočného a únikového správania spôsobeného negatívnym postojom ku konfliktom.



5 | KRIVKA ROZVOJA KONFLIKTU

Cieľ: Popísať rozvoj konfliktu a jeho štádiá, ak sa konflikt nerieši.

Spôsob: Nakreslite na tabuľu alebo flip-chart krivku rozvoja konfliktu a spolu so študentami na vybranom konflikte (najlepšie dvoch ľudí) prerozprávajte konfliktnú situáciu až do posledného štádia.

Diskusia: 1. Ved'te diskusiu tak, aby na vybranom konflikte študenti popísali, jednotlivé štádiá. Každé štádium všeobecne popíšte a nechajte študentov, aby ho konkrétne prerozprávali v nimi vybranom konflikte. 2. Spýtajte sa ich na charakteristiky jednotlivých štádií – ako rozpoznali, že vznikol konflikt, ako by vyzeral, kebyže ho jedna zo strán otvorí, ako by vyzeral pri polarizácii, izolácii, deštrukcii a v štádiu únavy a depresie. Ich návrhy ešte farbisto opíšte a doplňte o ďalšie prvky typické pre konkrétne štádium rozvoja konfliktu. Výsledkom by mal byť na jednej strane ucelený „deštruktívny“ príbeh konfliktu a na druhej strane popísanie prejavov správania a prežívania strán v konflikte v jednotlivých štádiách.



6 | AKO BY SOM RIEŠIL KONFLIKT?

Cieľ: Uvedomiť si, aké sú možné spôsoby riešenia konfliktu v jednotlivých štádiách rozvoja konfliktu.

Spôsob: Rozdeľte študentov do 3-členných skupiniek, kde vypracujú vlastné nápady, čo by robili, alebo čo by sa dalo robiť v jednotlivých štádiách. Je vhodné inštrukciu z času na čas zopakovať a chodiť od skupinky k skupinke a pomáhať im otázkami hľadať spôsoby riešenia.

Inštrukcia: V malej skupinke prediskutujte a spíšte do každého štádia vývoja konfliktu, akým spôsobom by ste reagovali, kebyže ste v konflikte v jednotlivých štádiách alebo ako by ste zasiahli, kebyže ste svedkom konfliktu v každom zo štádií.

Diskusia: Diskusiu môžete viesť tak, že po skončení práce skupín necháte zástupcu z každej skupinky povedať jeden návrh riešenia v jednom štádiu. Takto sa vystriedajú všetky skupinky a nestane sa, že jedna skupinka povie všetko za ostatných. O každom návrhu riešenia sa dá diskutovať, predstavovať si, ako by fungovalo a či smeruje k pozitívnemu vyriešeniu konfliktu a k spokojnosti oboch strán.

Na konci diskusie, keď zozbierate ku každému štádiu niekoľko návrhov riešení, môžete zhrnúť výsledky a pridať trochu teórie z kapitoly, kde je popísaná krivka.

CVIČENIA K NEVRBÁLNEJ KOMUNIKÁCII



7 | TLESKNUTIE (Dennis Meadows a Amy Seif, 1995)

Cieľ: Ukázať, že neverbálna komunikácia je silnejší komunikačný prostriedok ako verbálna komunikácia. Toto cvičenie zvykneme používať ako úvodné cvičenie k neverbalite.

Spôsob: Študenti sa rozostavia po triede tak, aby mali od seba rozostupy na rozpaženie. Vzdialenosť nech si odskúšajú mávaním rozpaženými rukami. Vy sa postavte na stoličku alebo na nejaké vyvýšené miesto, aby všetci študenti na vás dobre videli. Povedzte im inštrukciu:..

Rozpažte a keď budem odpočítavať od tri, dva, jedna, teraz... tak na TERAZ tlesknite.

Ujasnite si či každý pochopil, čo majú robiť. Rozpažte ruky a študenti urobia to isté. Začnite rytmicky odpočítavať: tri... dva... jeden... ale predtým, ako povieť TERAZ, do rytmu tlesknite. Väčšina študentov napriek inštrukcii, že majú tlesknúť na (verbálne) TERAZ, tlesknú spolu s vami. Až potom povedzte TERAZ.

Bez ďalších komentárov (niektorí študenti sa budú smiať) opäť zopakujte len základnú **inštrukciu**: *Dobre, takže ešte raz – keď povieť TERAZ, tlesknite.*

Začnite rytmicky odpočítavať: tri... dva... jeden... ale predtým, ako povieť TERAZ, do rytmu tlesknite. Niektorí študenti napriek inštrukcii, že majú tlesknúť na TERAZ tlesknú spolu s vami. Až potom povedzte TERAZ.

Toto skúste opakovať 3-4 razy, až kým všetci študenti pochopia, tlesknú až na povel TERAZ, a nedajú sa ovplyvniť neverbalitou – vašim tlesknutím.

Diskusia: Prečo ste tleskali aj keď som zreteľne povedal, že máte tlesknúť až po povele TERAZ? Viete to vysvetliť?

Diskusia smeruje k tomu, že napriek tomu, že mali inštrukciu riadiť sa podľa slovného príkazu, mali tendenciu riadiť sa podľa neverbality tleskajúceho. Diskusiu môžeme plynule previesť na jednotlivé časti neverbálnej komunikácie.



8 | ČÍTANIE Z TVÁRE 1.

Cieľ: Pochopiť a precvičiť si, ktoré mimické časti tváre sú významné pre vyjadrovanie emócií.

Spôsob: Stačí vziať zošit alebo tvrdší hárok papiera formátu A4 a vybrať dobrovoľníka, ktorý vie dobre robiť „grimasy“ a predvádzať rôzne emócie. Potom mu zakryte zošitom dolnú časť tváre po nos. V druhej časti cvičenia môžete zakryť hornú časť tváre po nos.

Našepkajte študentovi, ktorý bude robiť tváre, nech sa tvári ako keď je: 1. nahnevaný, 2. veselý, 3. smutný... prípadne mu skúste našepkávať, čo má robiť s hornou časťou tváre, aby jednotlivé emócie vyjadril. Ďalšia možnosť je, aby

študenti jednotlivé emócie ukazovali svojou tvárou alebo popisovali, ako sa musia vyjadriť.

So zakrytou hornou časťou tváre môžete robiť to isté.

Diskusia: Nech študenti popíšu, ktorými tvárovými časťami sa prejavujú emócie a ako jednotlivé emócie vyzerajú. Ktoré prejavy mimiky môžu signalizovať začínajúci konflikt? (nesúhlas, hnev, podozrenie, strach...)



9 | ČÍTANIE Z TVÁRE 2.

Cieľ: Naučiť sa čítať emócie z tváre druhých.

Spôsob: Pripravte si na kúsky papiera názvy niekoľkých emócií. Hnev, smútok, sklamanie, opovrhnutie, šťastie, podozrievavosť, prekvapenie, hanblivosť, povýšeneckosť, zľaknutie... (vyberte výrazné emócie zo zoznamu emócií z tabuľky k cvičeniu Zoznam emócií). Vytvorte zo študentov 4 – až 5-členné skupiny. Rozdajte do skupín každému členovi skupinky po jednom papieriku s emóciou.

Inštrukcia: *Prečítajte si svoj papierik tak, aby vám ho nikto nevidel. Potom jeden po druhom skúste mimikou predviesť ostatným bez slov svoju emóciu na papieriku. Úspešný je ten, komu jeho emóciu uhádnu.*

Diskusia: Rozprávajte sa o tom, ako sa ktorá emócia dá prečítať a čo na tvári nám prezradí, ako sa druhý cíti. Prípadne môžete diskutovať o tom, ako je ťažké nasilu sa tváriť pred ostatnými, ako sa dá ťažko zahrať emócia, ktorú práve neprežívame.



10 | GESTÁ A GESTIKULÁCIA

Cieľ: Predviesť si niektoré typické gestá a akými spôsobmi využívame gestikuláciu.

Spôsob: Študenti voľne v diskusii alebo na vyzvanie predvádzajú najrozličnejšie gestá (v závislosti od tolerance a vzťahu s učiteľom môžu aj bez cenzúry). Pýtajte sa študentov: Viete mi ukázať nejaké gesto? Nadhadzujte študentom verbálne príklady gest – Chod' preč! Pod' sem. Šibe ti? Dostaneš bitku. To on, nie ja. Čísla na prstoch. Chod' tam. Neviem. Som silný. Ďakujem, nechcem. Padaj preč! Je koniec. Ja som to nebol... (študentom môže pomôcť, ak si pri geste aj povedia vetu, ktorá ho vyjadruje a gesto urobí často podvedome).

Ďalšou časťou môže byť predvádzanie zosilňovacej gestikulácie, ktorá podporuje to, čo hovoríme.

Diskusia: Diskusia o jednotlivých gestách a gestikulácii v priebehu ukazovania, čo znamenajú. Pohovoriť si o rozdieloch gest (ako samostatného symbolu vyjadrujúceho aj bez slov niečo konkrétne) a gestikulácie (slúžiacej na podporovanie a dovysvetľovanie toho, čo verbálne hovoríme).



11 | GESTOMÍMA

Cieľ: Uvedomiť si, že gestá dávajú v komunikácii taký význam, ako celé slová alebo vety. (ZŠ, SŠ)

Spôsob: Pripravte si na papieriky tieto vety:

1. Som hladný, daj mi jesť.
2. Prosím ťa, odrež mi chlieb.
3. Všetkých vás mám rád!
4. Buďte potichu, potrebujem ísť tam za roh.
5. Pozri sa do knihy na stranu 25.
6. Prisahám, že som nič nepovedal.
7. Vojak mal uši ako slon a smrdel.

Samozrejme, vymyslíte si vety aké chcete. Podstatné je, aby sa dali zahrať len pomocou gest a gestikulácie. Každú vetu napíšte na jeden papierik. Rozdeľte študentov do 3 – až 5-členných skupín. Do každej skupiny dajte jednu alebo dve vety. Každá skupina si pripraví „divadelný pantomimický výstup“, ktorý potom zahrá ostatným skupinám. Skupina nech si vyberie herca a ostatní v skupine nech ho nainštruujú, v akom poradí má aké gestá zahrať, aby druhá skupina pochopila celú vetu. Ostatní z druhých skupín potom podľa gest, ktoré herec prehráva musia hádať slová, ktoré tvoria celú vetu. Herec nesmie rozprávať, môže maximálne používať zvuky a kývať hlavou, či ostatní uhádli jednotlivé slová alebo nie.

Diskusia: Ktoré gestá namiesto ktorých slov použili? Ktoré by mohli byť zrozumiteľnejšie? Kedy najčastejšie využívame gestá a gestikuláciu? Sú gestá a gestikulácia, ktoré môžu oznamovať blížiaci sa konflikt?



12 | POZÍCIE PRI SEDENÍ

Cieľ: Uvedomiť si, že spôsobom sedenia pri komunikácii vyjadrujeme svoje pocity, postoj k hovoriacemu a k obsahu komunikácie.

Spôsob: Študenti sami predvádzajú rôzne „posedy“ (polohy sedenia) v závislosti od ich postoja a pocitov, ktoré prežívajú. Aby ste im pomohli navodiť situáciu, naved'te ich, nech si predstavia, že:

1. To, čo práve teraz robíme, vás absolútne nezaujíma, je vám úplne jedno, čo vám rozprávam, je to otravné, ale musíte tu sedieť a počúvať. Skúste mi to svojou polohou sedenia dať pekne najavo.

Inštrukciu prípadne opakujte a naved'te ich, nech zmenia svoje polohy tak, aby naozaj aj prehnane vyjadrovali pocity, ktoré v tej situácii prežívajú. Keď sa posadia do svojich polôh, nechajte ich, nech v nich zostanú a všimnú si seba aj ostatných, čo je typické na tomto posede. (pozri diskusiu). Potom im popíšte ďalšiu situáciu.

2. Teraz skúste sedieť tak, ako keď vás niečo ohromne zaujíma, strašne ste zaujatí tým, čo vám rozprávam, také zaujímavé veci ste ešte nikdy nepočuli, nechcete, aby vám z toho niečo uniklo. Baví vás to.

Postupujte tak ako v 1.

3. *Dobre, a teraz sa blíži koniec hodiny, už ste strašne netrpezliví, nemôžete sa dočkať, kedy skončím, aby ste mohli konečne ísť domov. Ste hladní, vonku vás čakajú kamaráti a vy tu musíte tvrduť.*

Postupujte tak ako v 1.

4. *A teraz som vás hrozne nahneval, urazil, dotkol som sa vás, ste na mňa pekne napálení, ale nemôžete nič povedať. Ste nahnevaní a bezmocní.*

Postupujte tak ako v 1.

5. *Sme spolu v príjemnom rozhovore, je vám dobre, sme dobrí priatelia, nikam sa neponáhľate, radi ma počúvate a cítite sa celkom uvoľnení.*

Diskusia: Pri každej polohe sa zastavte a skúste ju s pomocou študentov opísať. Ved'te študentov k tomu, aby popisovali fyzické prejavy tela. Ak budú popisovať prežívanie (sedí nahnevane), ved'te ich k tomu, aby opísali, ako sa ten hnev prejavuje v polohe tela, nôh a rúk. Napríklad:

1. Väčšinou sedia zaklonení, otočení inam, možno prekřížené ruky na hrudi, prekřížené nohy.

2. Sú predklonení, opierajú sa pred sebou rukami, hlava vystrčená dopredu, sledujúci pohľad, nohy ani ruky nie sú prekřížené.

3. Sedia na pol stoličky, v predklonenej štartovacej polohe, odklonení od rozprávača smerom k únikovej ceste, nervózne pohybujú rukami a nohami.

4. Hlava zvesená, pozerá sa sám na seba, nie na rozprávača, ruky prekřížené a stisnuté k sebe, nohy takisto prekřížené a stiahnuté pod seba – **typická uzavretá poloha** – pomáha vytvárať ochranu pred okolím.

5. Natočení k rozprávačovi, ruky voľne položené na stole alebo vedľa seba (môžu byť aj prekřížené, ale kvôli odpočinku), nohy sú mierne rozkročené, predklonení alebo pohodlne opretí – **typická otvorená poloha** – otvorenie počúvať a komunikovať s okolím.

Otázky na koniec: Dajú sa takéto polohy pri sedení pozorovať aj v bežnom živote? Načo nám môžu byť takéto pozorovania? Dá sa vypožorovať z polohy sedenia, aký má druhý človek vzťah k tomu, čo mu rozprávame alebo priamo k nám?

13 | ZRAKOVÝ KONTAKT



Cieľ: Uvedomiť si, čo všetko môžeme komunikovať prostredníctvom zrakového kontaktu.

Spôsob: Rozdeľte študentov do dvojíc. V takýchto dvojiciach si podľa vašich inštrukcií vyskúšajú rôzne spôsoby pozerania sa na seba.

Inštrukcie:

1. *Skúste na seba uprene pozerieť, kto dlhšie vydrží.*

2. *Pozerajte sa teraz pred seba. Susedovi po vašej pravej ruke som cez prestávku povedal dôležitú informáciu. Stále pozerajte pred seba. Skúste teraz suseda vyzvať len pohľadom, nech vám povie tú informáciu.*

3. *Predstavte si, že ten druhý oproti vám niečo povedal, ale podľa vás si to vymyslel. Skúste mu pohľadom naznačiť, že tomu vôbec nedôverujete, že ho podozrievate z klamstva.*

4. *Postavte sa oproti sebe. Vymyslite si pre seba v hlave nejaké úplné klamstvo, niečo nehorázne o sebe... skúste to povedať tomu druhému (jeden po druhom) rovno do očí bez uhnutia.*

Diskusia: Všeobecne: Akým spôsobom spolu komunikovali očami v jednotlivých situáciách – nech to predvedú ostatným. Aké pocity mali v jednotlivých situáciách?

1. O čom hovorí dĺžka pohľadu? O láske? O nenávisti? O ukazovaní moci? Ako sa pri konflikte prejavuje pozeranie do očí?
2. Ako sa pohľadom prejavuje prosba? Výzva? – Krátke upretie očí, rozšírenie očí, nadvihnutie obočia...
3. Ako sa prejavuje podozrenie? – Privretie očí, upretejší, bodavý pohľad spod obočia...
4. Keď mali zaklamať, kam ich to nutkalo pozeráť? Do zeme, bokom? Prečo nechceme pozeráť druhému do tváre, keď klameme?



14| POKIAL SI MA PUSTÍŠ?

Cieľ: Uvedomiť si, ako blízkosť a vzdialenosť pri komunikácii s druhým človekom ovplyvňuje to, ako sa druhý človek cíti.

Spôsob: Študentov rozdeľte do dvojíc. Bude dobre, ak vzniknú rôznorodé dvojice – dobrí kamaráti, nedobří kamaráti, chlapčenské, dievčenské aj zmiešané dvojice. Budete potrebovať dostatok priestoru, aby dvojice mohli stáť oproti sebe na vzdialenosť 3-4 metrov.

Inštrukcia: *Jedna strana z dvojíc v tejto časti aktivity ostane stáť. Úlohou druhej strany dvojíc sa bude pomaly približovať k svojmu partnerovi, čo stojí. Pohybujte sa pomaly, aby vás druhý mohol zastaviť v tej chvíli, keď mu vaša blízkosť začne byť nepríjemná. Vtedy sa zastavte a zapamätajte si vzdialenosť, v ktorej ste ostali stáť. Počas svojho približovania pozorujte svoje aj partnerove pocity.*

Keď skončia, nechajte, aby sa dvojice znova od seba vzdialili na pôvodnú vzdialenosť. Nech urobia to isté, ale vo vymenených pozíciách – tí, čo stáli sa približujú a naopak. Nech si opäť zapamätajú svoju vzájomnú vzdialenosť.

Diskusia: Diskusiu smerujte k tomu, ako sa v ktorej vzdialenosti cítili, kto sa ako blízko dostal. Porovnajte rozdiely vo vzdialenostiach jednotlivých dvojíc.

Čo veľmi pravdepodobne môže vzniknúť:

1. V chlapčenských dvojiciach – chlapci, aj keď sú dobrí kamaráti, sa väčšinou držia od seba – ak sa priblížia až na dotyk alebo sa objímu, je to sprevádzané veľkým smiechom, lebo uvoľňujú napätie z neprirodzenej situácie fyzickej blízkosti.
2. V dievčenských dvojiciach – dievčatá vo všeobecnosti sa pustia jedna k druhej bližšie v porovnaní s chlapcami, samozrejme, závisí aj od toho, či sú blízke priateľky alebo sa neznášajú.
3. V zmiešaných dvojiciach (sú veľmi vďačným objektom pobavenia) – často chlapci pustia dievčatá až na dotyk a majú z toho radosť, ale dievčatá si držia chlapcov od tela. Tento rozdiel vo vzdialenostiach je častým dôvodom ku konfliktom, lebo chlapci sa odvažujú za dievčenské hranice, lebo sami ich majú voči nim menšie.

4. Individuálne rozdiely – Každý z nás má svoje osobné hranice a tie sa od človeka k človeku líšia. Niektorí ich majú veľké a držia si ľudí „od tela“ a niektorí ich majú malé a na druhých sa „lepí“. Naše vlastné hranice voči ostatným sa zväčšujú, keď máme zlú náladu a zmenšujú sa, keď máme dobrú náladu.



15 | AKO SA MA DOTKNEŠ?

Cieľ: Uvedomiť si, akými rôznymi dotykmi spolu komunikujeme. (ZŠ, SŠ)

Spôsob: Študenti sa postavia do kruhu tak, aby sa mohli navzájom ľahko dotýkať. Plece pri pleci, ale s 15 cm odstupom.

Inštrukcia: Ukážte a povedzte mi, čo všetko môžeme dotykom urobiť alebo povedať druhému. Ako prejavíme pochvalu? Nechajte študentov to ukázať. Pomenujte vždy to, čo ukázali, prípadne okomentujte viaceré spôsoby, ktoré vznikli. Ako prejavíme dotykom náklonnosť alebo priateľstvo? Súcit? Odpor? Hnev? Podpichnutie? Ako upútame pozornosť druhého? Privítame sa? Rozlúčime sa?

Diskusia: Rozdiskutujte každý z druhov dotykov, ktorý študenti predviedli.

Pochvala – potľapkanie po pleci.

Náklonnosť, priateľstvo – pohladkanie, objatie okolo pliec, chytenie za ruku.

Súcit – pohladkanie.

Odpor – šťuchnutie, odtlačenie.

Hnev – udretie pästou alebo dlaňou.

Podpichnutie – pichnutie prstom, uštipnutie, poťahovanie za vlasy alebo za ucho.

Upútanie pozornosti – poklepanie po pleci.

Privítanie – objatie, pobožkanie, podanie ruky.

Rozlúčenie – objatie, pobožkanie, podanie rúk.

Porozprávajte sa so študentmi o tom – Kedy sa viac dotýkame a kedy menej? Ako sa vo vzťahoch prejavujú dotyky? Ako sa v konflikte prejavujú dotyky?



16 | KTO JE TU VELITEĽ?

Cieľ: Rozohriať sa prostredníctvom skupinového dotýkania a prejsť na tému neverbálna komunikácia dotykmi. (ZŠ, SŠ)

Spôsob: Skupina sa postaví do kruhu a jeden človek ide von z triedy. Skupina vo vnútri nech si vyberie Veliteľa, ktorého úlohou bude dotknúť sa veľmi rôznorodými spôsobmi suseda na jednej alebo druhej strane (za ucho, na koleno, dať mu frčku, brknúť mu po nose, drgnúť ho lakťom...). Všetci ostatní, samozrejme, musia čo najrýchlejšie po veliteľovi opakovať jeho pohyby. Rýchlo to musia urobiť preto, lebo ten, čo príde zvonku, bude mať za úlohu zistiť, kto je ten, čo začína celú lavínu pohybov. Iné pohyby, ako robí veliteľ nesmie nikto robiť, aby nepokazil hru.

Zavoláme zvonku študenta a ten vojde do kruhu. Potom veliteľ začne so svojimi dotykmi a pohybmi. Úlohou pozorovateľa je poriadne sledovať skupinu a zistiť, kto je ten, čo začína pohyby. Ak uhádne (má tri možnosti), môže sa

vymeniť s veliteľom alebo iným dobrovoľníkom. Veliteľove pohyby z dotykov rozšírite aj na ľubovoľné gestá a iné jednoznačné pohyby, aby ich ostatní v skupine mohli ľahko opakovať.

Diskusia: Hovorte o tom, aké rôzne dotyky veliteľ (velitelia) robil. Čo tieto dotyky v normálnom živote znamenajú, čo nimi vyjadrujeme druhým ľuďom... Spýtajte sa študentov, či niekedy vedome sledujú neverbalitu druhých ľudí.



17 | PODANIE RÚK

Cieľ: Vyskúšať si a uvedomiť si, čo všetko komunikujeme podaním ruky. (SŠ, D)

Spôsob: Rozdeľte študentov do dvojíc a nech sa postavia voľne tvármi k sebe.

Inštrukcia:

a) *Skúste si predstaviť, že svojho partnera vo dvojici ste dlhšie nevideli, lebo ste sa s ním strašne pohádali a vlastne ho vôbec nemáte radi, je vám nesympatický atď. Teraz ste ho však stretli a neostáva vám nič iné, ako si s ním podať ruku napriek tomu, že je vám odporný. Podajte si s touto predstavou s druhým ruku.*

Nechajte študentov nech si podajú s touto predstavou ruky. Nech si zapamätajú, ako vyzeralo toto podanie ruky a hneď im dajte ďalšiu inštrukciu:

b) *A teraz si predstavte, že váš partner vo dvojici je váš strašne dobrý kamarát a dlho ste ho nevideli. A práve teraz ste ho uvideli. Chcete sa s ním veľmi srdečne privítať a ukázať, ako sa veľmi tešíte z toho, že ste ho stretli. Nech sa páči zvitajte sa, podajte si ruky. Nechajte študentov, nech si podajú s touto predstavou ruky.*

c) *A teraz to skúste tak normálne, ako vám je to prirodzené.*

Diskusia: V čom sa odlišovali jednotlivé podania rúk?

„Parametre“ podania ruky: Ako rýchlo si išli podať ruky, sila stisku, úplnosť stisku (končeky prstov alebo celá dlaň), frekvencia trasenia, prudkosť trasenia, dĺžka držania rúk, prídavné dotyky (pridanie druhej ruky, potľapkania, objatie, bozkávanie sa), kto začal prvý, kto skončil.

Čo všetko sa dá vyčítať z podania rúk? Aké vlastnosti? Aká nálada?

Porovnajte jednotlivé podania rúk v týchto jednotlivých „parametroch“.



18 | ČO SA NA MNE ZMENILO? (podľa Steve McCormick, 1996)

Cieľ: Vyskúšať si pozornosť na oblečení a celkovom výzore druhého. Porozprávať sa o tom, aké veci, šaty, šperky, kozmetiku ľudia používajú na zvýraznenie toho, čím sú.

Spôsob: Rozdeľte študentov do dvojíc. Nech sa postavia tvármi k sebe, aby na seba dobre videli.

Inštrukcia: *Chvíľu si pozorne obzrite svojho partnera vo dvojici, všímajte si, ako je oblečený, aké má šperky, ako je namaľovaný... teraz sa otočte k sebe chrbtom a skúste si na sebe zmeniť 3 veci. (Pauza asi 30 sekúnd) Ak to máte, otočte sa k sebe a skúste uhádnuť, čo si ten druhý na sebe zmenil. (Nechajte dvojiciam čas, aby si vzájomne uhádli jednotlivé zmeny.)*

Ak to máte, znova sa otočte a znova na seba zmeňte iné 3 veci. Ak to máte, otočte sa a skúste uhádnuť, čo si ten druhý na seba zmenil.

Diskusia: Ako ste boli úspešní? Diskusiu ved'te k tomu, aby študenti porozprávali, čo všetko robia preto, aby svojím oblečením zvýraznili svoju osobnosť. Majú svoju obľúbenú farbu šiat, svoj štýl, účes, šperky, iné doplnky, talizmany, iné predmety, ktoré ich charakterizujú?



Čo rôzne skupiny ľudí vyjadrujú svojím oblečením a inými predmetmi, ktoré o nich niečo hovoria – auto, zariadenie izby alebo triedy, hudba ktorú počúvajú, tašky, kufriky mobily...). Čím sú typické a čo chcú komunikovať svojím oblečením vojaci, punkeri, skíni, metalisti, športovo alebo výstredne oblečení, šedivo oblečení atď.



19 | CHODENIE VÄZŇOV

Cieľ: Uvedomiť si, že spôsob chôdze a dynamika pohybov celého tela je tiež neverbálnym komunikačným prostriedkom.

Spôsob: Postavte žiakov do kruhu a nech v ňom voľne začnú chodiť. Nech počúvajú inštrukcie a skúsia sa vžiť do rôznych situácií a vyjadriť ich chôdzou a telom.

Inštrukcia:

1. Predstavte si, že idete v pondelok smutní do školy. Nechce sa vám a čaká vás písomka.

Po každej inštrukcii ich nechajte chvíľu s tým pocitom chodiť a z času na čas inštrukciu zopakujte, aby ste ich udržali v predstave navodenej situácie.

2. Idete veselí zo školy začínajú prázdniny.

3. Nenápadne sa zakrádate poza chrbát spolužiakovi.

Diskusia: V čom sa líšila rýchlosť chôdze? Pamätajú si niekoho len podľa toho, ako dynamicky kráča? Vedia rozpoznať učiteľku podľa toho, ako klopká podpätkami na chodbe?



20 | SKUPINOVÁ KAMERA (podľa Dušan Ondrušek)

Cieľ: Overiť si získané vedomosti z neverbality a precvičiť si pozorovateľský talent a prepojiť neverbaltitu s verbálnym obsahom diania v komunikácii

Spôsob: Vyberte dvoch študentov, ktorí majú herecký talent a neboja sa vystupovať pred ostatnými. Dohodnite sa s nimi, nech zahrajú nejaký rozhovor, kde sa dvaja rozprávajú a rozumejú si, ale postupne vznikne medzi nimi konflikt a na niečom sa pohádajú. Celý rozhovor nech je maximálne na 2 minúty.

Zvyšok skupiny rozdeľte do dvojíc. Dvojice sledujú tú istú časť neverbality, ale každý vo dvojici u iného z hercov. Mali by sme mať po dvoch študentoch, čo sledujú mimiku a pohyby očí, gestikuláciu a gestá, posturiku, dynamiku, haptiku..., a tak bude u každého herca pokrytá celá jeho neverbalita v priebehu jeho rozhovoru.

Diskusia: O čom bol priebeh rozhovoru? Študenti nech zrekapitulujú stručný obsah so zlomovými bodmi.

Potom nech jednotliví pozorovatelia popíšu, čo sa dialo v ich časti neverbality počas rozhovoru u jedného herca a potom u druhého herca. Komentujeme a spájame s reálnymi situáciami, s teóriou...

CVIČENIA KU KOMUNIKAČNÝM ZRUČNOSTIAM



21 | ZOZNAM EMÓCIÍ (podľa Gail Sadalla, 1987)

Cieľ: Uvedomiť si, aké rozličné emócie prežívame a ako ich pomenovávame. (ZŠ, SŠ)

Spôsob: Rozdeľte študentov do 4-členných skupín. Ako pomôcku k inštrukcii 1 môžete použiť zoznam emócií a emocionálnych stavov z príloh na kopírovanie.

Inštrukcia: 1. Skúste napísať zoznam emócií (pocitov), ktoré vám napadnú. Rozdeľte ich potom na negatívne, pozitívne a také, ktoré neviete alebo sa nedajú jednoznačne zaradiť.

2. Skúste urobiť poradie aspoň 5 emócií od slabšej až po najsilnejšiu.

Diskusia: 1. Koľko emócií sa vám podarilo napísať? Išlo to ťažko?

2. Podarilo sa vám spraviť škálu emócií od najslabšej po najsilnejšiu?

3. Kedy prežívame nejaké emócie? Podľa čoho vieme, že prežívame silné emócie? Dá sa na ľuďoch vidieť, keď prežívajú emócie?



22 | EMPATICKÁ ANALÝZA

Cieľ: Precvičiť si, podľa čoho môžeme v rozhovore zistiť, čo druhý človek práve prežíva.

Spôsob: Rozdeľte študentov do dvojíc, trojíc a rozdajte im papieriky s vetami z priloženého zoznamu výrokov.

a) Nech si ich prečítajú a povedia si v skupinkách, čo podľa nich prežívajú, aké pocity majú tí, čo takú vetu povedali. Keď to budú mať, nech študenti postupne povedia najprv výrok, ktorý dostali a potom nech pomenujú pocity, ktoré tam našli. Prejdite postupne všetky skupinky.

b) V druhom kole nech sa študenti pokúsia povedať nahlas svoju vetu tak, aby obsahovala tie pocity, ktoré sú v prvej verzii skryté a ktoré sami otvorene pomenovali. Napr. pre výrok č. 17.: „Mám strach, že niečo rozbiješ, dávaj pozor na to, čo robíš.“

Diskusia: Diskutujte o tom, prečo je najmä v konflikte dôležité, aby sme vedeli pomenovať, aké pocity prežívame my sami a aké prežíva ten druhý. Je to dôležitá zručnosť v konflikte, aby sme vedeli dať najavo, že rozumieme pocitom druhej strany.



23 | ALE JA ŤA POČÚVAM!

Cieľ: Ukázať rozdiel medzi počúvaním a nepočúvaním.

Spôsob: Rozdeľte účastníkov do dvojíc. Nech sa vo dvojici rozdelia na toho, kto bude počúvať a toho, kto bude rozprávať. Ten, čo bude rozprávať, nech si premyslí príhodu z minulého týždňa alebo z prázdnin, ktorú porozpráva počúvajúce-

mu. Podstatné je, aby mali tému na rozprávanie. Úlohou počúvajúceho je najprv naozaj pozorne počúvať a dávať to aj najavo a postupne v priebehu rozprávania druhej strany prestávať počúvať, až nakoniec úplne prestať dávať pozor na to, čo druhá strana rozpráva.

Nechajte dvojice v dialógu asi 2 minúty. Prípadne sa môžu vymeniť a vyskúšať si opačné roly.

Diskusia: Spýtajte sa ich, ako sa cítili v dialógu.

Ako sa cítili, keď ich druhá strana nepočúvala? Ako sa prejavovalo u strán počúvanie a potom nepočúvanie?

Nech popisujú prejavy správania, ako sú spôsob sedenia, nasmerovanie tvárou, očami a telom na rozprávaného, predklon alebo záklon pri počúvaní, kývanie hlavou a podobne. Využite kapitolu o neverbálnej komunikácii.



24 | ZVERINEC

Cieľ: Precvičiť si zručnosť aktívneho počúvania – parafrázovanie. (ZŠ, SŠ)

Spôsob: Rozdeľte študentov do skupín po štyroch. Povedzte im, že v tejto aktivite budú vystupovať štyri zvieratá. Lev, Papagáj, Kôň a Ježko. Popíšte úlohy jednotlivých zvierat tak, ako je v inštrukcii. Rozostavte Levov na jeden koniec miestnosti a Koňov na druhý koniec miestnosti. Kone nesmú ísť na stranu k Levom, pokiaľ im to Lev neprikáže. Ježko a Papagáj sa môžu voľne pohybovať. Dajte zoznam príkazov Levovi a Ježkovi. Úspešná je tá skupina, ktorá splní všetky Levove príkazy čo najpresnejšie a podľa svojich rol.

Inštrukcia: *Lev je kráľ a dáva príkazy, čo má robiť Kôň. Lev sa nesmie rozprávať s Koňom. Na to má svojho Papagája, ktorý si vypočuje kráľov príkaz, odletí ku Koňovi a povie mu ho. Úlohou Leva je zrozumiteľne prečítať Papagájovi príkazy jeden po druhom tak, ako ich má napísané na papieri: „Papagáj, povedz Koňovi, že má...”*

Papagáj si vypočuje príkaz a zopakuje ho pred Levom, či si ho správne zapamätal: „Lev, povedal si, že Kôň má...” Potom ide ku Koňovi a povie príkaz od Leva: „Lev od teba chce, aby si...”

Kôň, skôr ako splní príkaz, zopakuje po Papagájovi, aký príkaz ide vykonať: „Lev mi prikazuje, aby som...” Každý dobrý Kôň príkaz splní. Po splnení príkazu povie Papagájovi: „Splnil som príkaz”.

Ježko je kontrolór. Chodí všade za Papagájom a za Koňom a oboch kontroluje, či sa riadia presne podľa príkazov Leva. Má taký istý zoznam príkazov ako Lev a do neho si odškrtnáva, či Lev správne prečítal príkaz, či ho Papagáj správne povedal Koňovi a či Kôň urobil všetko, čo mal.

Úspešná je tá skupina, ktorá dodrží svoje roly a vyplní čo najpresnejšie všetky Levove príkazy.

Diskusia: Ako sa im parafrázovalo? K čomu parafrázovanie pomáha? Aké zručnosti na úspešné splnenie úloh potreboval Lev (zrozumiteľne čítať, počúvať Papagája, či správne pochopil príkaz, trpezlivosť pri počúvaní...)? Aké zručnosti potreboval Papagáj (pozorne počúvať, vedieť zopakovať Levov príkaz, pamätať si príkaz, zrozumiteľne ho povedať Koňovi)? Aké zručnosti potreboval Kôň (pozorne počúvať Papagája, vedieť zopakovať Levov príkaz od Papagája, tvorivo

a trpezlivo plniť úlohy)? Aké zručnosti potreboval Ježko (pozorne počúvať Leva, Papagája aj Koňa, pozorne si všímať, či sa odklonili od napísanej predlohy a trpezlivosť, aby ich neopravoval)? Kedy môžeme v bežnom živote využívať parafrázovanie? Na čo je dobré pri riešení konfliktov?

25 | KEĎ MI NIEKTO ROBÍ, ČO SA MI NEPÁČI, ČO UROBÍM?



Cieľ: Naučiť študentov, aby v konfliktných situáciách nezareagovali agresívne, ale nekonfliktným spôsobom prejavili svoju nespokojnosť.

Spôsob: Rozdeľte študentov do 3-členných skupín. Rozdajte im postrihané situácie zo zoznamu. Do jednej skupiny jednu až dve situácie. Na základe napísaných situácií nech žiaci jednou vetou napíšu, čo by druhému povedali alebo urobili. Potom postupne v každej skupine nech prečítajú svoju situáciu a povedia, ako zvyknú zareagovať. Na tabuľu zapisujte jednotlivé reakcie.

Po diskusii ich naučte, ako vyzerá Ja výrok. Popíšte im ho, vysvetlite, prečo obsahuje jednotlivé časti.

b) Nech na svoju situáciu reagujú tentokrát Ja výrokom. Nechajte študentov nech v skupinkách sformulujú Ja výrok vhodný do ich situácie. Nechajte potom zástupcov jednotlivých podskupiniek, nech povedia jednotlivé situácie a ich Ja výroky, ktoré zazneli v skupinke. Pomáhajte im Ja výroky formulovať tak, aby obsahovali základné princípy a zneli prirodzene.

Diskusia: Porozprávajte sa o tom, v ktorej verzii alebo v ktorom spôsobe reakcie je pravdepodobnejšie, že vznikne otvorený (agresívny) stret, konflikt. Ved'te diskusiu k tomu, aby študenti popísali odlišnosti v dvoch prístupoch konštruktívnom a deštruktívnom – v tejto časti najpravdepodobnejšie zaznejú odvetné reakcie typu: Aj ja mu zoberiem pero, ja sa predbehnem pred ním, udriem ho atď... Ak zaznejú aj konštruktívne reakcie, spýtajte sa študentov prečo tieto typy reakcií nevyvostrujú konflikt. Pravdepodobne narazíte na vlastnosti podobné Ja výroku.



CVIČENIA NA KOOPERATÍVNE A SÚPERIVÉ SPRÁVANIE



26 | HRA NA „PALCE” (podľa Joan Shapiro)

Cieľ: Porozprávať sa o kooperatívnom a kompetitívnom prístupe ku konfliktom. Pomenovať základné konfliktné situácie z pohľadu záujmov strán – protichodné záujmy, mimobežné záujmy a spoločné záujmy.

Spôsob: Študenti hrajú vo dvojiciach. Pravou rukou sa držia prstami za ruky tak, aby mali palce voľné a smerom hore. Najlepšie je im to ukázať a skontrolovať, či každý pochopil základný hrací postoj. Hrá sa na dve kolá po 20 sekúnd. Pred prvým kolom dostanú inštrukciu (dôležité je povedať ju presne).

Inštrukcia: *Od tejto chvíle spolu nerozprávajte. Rozprávať môžete až po skončení prvého kola. Vašou úlohou je získať čo najväčší počet bodov. Bod získate vždy, keď sa vám podarí svojím palcom pritlačiť palec spoluhráča. Body si spočítavajte. Máte na to dvadsať sekúnd.*

Počas dvadsiatich sekúnd sa študenti snažia opakovane palcami pritlačiť palec partnera. Za každý pritlačený partnerov palec majú jeden bod. Potom každá dvojica povie nahlas svoje skóre tak, aby všetci počuli, aké výsledky dosiahli ostatní. Výsledky sa budú rôzniť. Nahlas opakujte výsledky. Uved'te druhé kolo.

Inštrukcia pre 2. kolo: *Ideme do druhého kola. Videli ste, koľko ste získali bodov a aké rôzne výsledky dosiahli ostatní. Skúste opäť získať čo najviac bodov. Vidíte, že sa to niektorým podarilo. Máte na to 20 sekúnd.*

Opäť nechajte všetky dvojice, aby sa snažili získať čo najviac bodov počas dvadsiatich sekúnd. Nechajte ich nahlas povedať svoje skóre.

To isté môžete urobiť, ak sa dvojice miesto mačkania palcov budú držať za ruky ako pri pretláčaní (toto slovo nikdy nepoužite, lebo navádza na boj a nedáva možnosť študentom do toho vložiť vlastný súperivý alebo kooperatívny prístup). Bod získajú vtedy, keď sa im podarí dosiahnuť to, aby sa druhá strana dotkla chrbtom ruky stola.

Poznámka k inštrukcii: v inštrukcii nesmú zaznieť slová ako boj, súperenie, spolupráca. Ani odpovede na otázky, kto vyhrá atď. Ak sa študenti budú pýtať, len zopakujte, že cieľom je získať čo najviac bodov. Pre spestrenie hry a silnejšiu motiváciu účastníkov môžete dať za každý bod cukrík.

Diskusia: V oboch kolách môžu študenti dosiahnuť rôznorodé skóre. Nízku remízu 0:0, 1:1, 2:2. Nízku výhru 2:0, 3:1, 5:2. Vysokú remízu 30:30, 25:25. Ako sa to mohlo stať – takéto odlišné výsledky? Predpokladajme, že niektorí študenti sa správali kooperatívne a niektorí súperivo.

Vyzvite študentov s nízkymi skóre, nech popíšu, ako získavali body. Tí, čo mali nízke skóre (remízu alebo niekto vyhral), veľmi pravdepodobne predvedú boj s palcami – ako sa snažili pritlačiť druhého palec a zároveň sa urputne bránili, aby ich palec nebol pritlačený. Toto je súperivý spôsob získavania bodov.

Vychádza z toho, že druhého musíme donútiť k niečomu a zároveň mu musíme za každú cenu zabrániť v tom, aby on získal to, čo chce (t.j. čo najviac bodov pre seba).

Druhý model v prípade vysokého vyrovnaného výsledku veľmi pravdepodobne bude kooperatívny model. Študenti prišli na to, že nemusia jeden druhému brániť v tom, aby získavali body. Pretože ak jeden druhému ponúknu, nech si „pri tlačí“, tak si body môžu vzájomne rozdať, koľko len stihnú. Môžu to robiť odlišnými spôsobmi v závislosti od dôvery v toho druhého a tvorivosti oboch strán.

Kooperatívny spôsob s kontrolou neustáleho vyrovnania – študenti urobili z palcov mlynček, takže palcami točili okolo seba a tým pádom v každej sekunde mali rovnako bodov.

Kooperatívny spôsob pol na pol – získavanie bodov si rozdelia po desať bodov. Najprv jeden študent ťuká za sebou 10x na súperov palec a potom druhý ťuká na súperov palec, kým nevyrovná počet bodov. A tak postupujú až do konca.

Kooperatívny spôsob delenia rol – ten študent, čo vie rýchlejšie „ťukať“, odťuká všetky body v celom časovom limite a na konci si ich rozdelia na polovicu prostým delením. Tým pádom ten, čo vie rýchlejšie a lepšie robiť tento typ

práce, ho urobí za oboch s tým, že ten druhý mu dôveruje, že si ich potom spravodlivo rozdelia. Prípadne ten druhý je dobrý matematik a vie okamžite z hlavy deliť dvoma (to je jeho podiel práce na získaní maximálneho počtu bodov).

Tieto (a ďalšie) kooperatívne spôsoby riešenia konfliktu získania niečoho, čo vyzerá na prvý pohľad ako „buď moje alebo tvoje“ sa líšia stupňom dôvery v druhú stranu – dôverou v to, že nadobudnutú hodnotu si spravodlivo rozdelia k vzájomnej spokojnosti. Čím menšia kontrola toho druhého, tým väčšia dôvera.



27 | VON – DNU



Cieľ: Ilustrovať, ako je dôležité hľadať kooperatívne spôsoby riešenia konfliktnej situácie a ako prejsť od pozícií k záujmom a k ich napĺňaniu. Cvičenie ukáže, aké rôzne spôsoby „trikov“ dokážeme používať, aby sme získali od druhého to, čo chceme.

Spôsob: Rozdelíme skupinu na dve polovice. Jednu skupinu pošleme von z miestnosti a druhú necháme v miestnosti. Každá skupina dostane svoje inštrukcie. Opäť je dôležité, aby boli povedané presne.

***Inštrukcia pre skupinu vonku:** Vašou úlohou je dosiahnuť, aby skupina, ktorá je vnútri, sa na tomto mieste (najlepšie niekde za rohom za dverami, aby nebolo to miesto vidno cez dvere miestnosti) postavila plece pri pleci do jedného radu a pozerala sa pred seba. Vtedy ste úlohu splnili a môžete mi to prísť povedať. To, akým spôsobom to urobíte, záleží iba na vás. Povoľené je všetko. Ak chcete, tak sa porad'te. Máte na splnenie úlohy 15 minút vrátane porady.*

Inštrukcia pre skupinu vnútri: Vašou úlohou je dosiahnuť, aby skupina, ktorá je vonku, sa na tomto mieste (najlepšie za rohom, aby nebolo to miesto vidno cez dvere miestnosti) postavila plece pri pleci do jedného radu a pozerala sa pred seba. Vtedy ste úlohu splnili a môžete mi to prísť povedať. To, akým spôsobom to urobíte, záleží na vás. Povolené je všetko. Ak chcete, tak sa poraďte. Máte na splnenie úlohy 15 minút vrátane porady.

Ak ste dvaja, dávajte inštrukcie paralelne, ak je iba jeden vedúci hry dajte inštrukciu najprv prvej skupine a povedzte jej, nech chvíľu počká, kým dáte inštrukcie druhej skupine.

Diskusia: Priebeh aktivity môže byť búrlivý. Skupiny budú vymýšľať spôsoby, ako tých „druhých“ dostať na to miesto, kde majú stáť. Povoľte všetko okrem telesného ubližovania. Môže sa stať, že si skupiny zvolia zástupcov, ktorí budú vyjednávať za nich. Môže sa stať, že po nejakom čase stratia skupiny motiváciu, lebo nebudú vedieť riešiť vzniknutú situáciu. Podporte ich, že situácia je riešiteľná, nech sa skúsia poradiť. Prípadne im pomôžte viesť ich poradu, ale to len naozaj vtedy, ak je skupina bezradná a vy veľmi chcete, aby cvičenie dokončili aspoň s čiastočným úspechom. Môže sa stať, že za skupinu všetko rozhodne jeden člen skupiny a ten povie druhej skupine, nech sa postaví na to miesto a všetci ho poslúchnu, aj keď nevedia prečo. Často po niekoľkých minútach skupina príde na to, že si musia vzájomne povedať, čo majú dosiahnuť. Prezradia si inštrukcie a potom trvá nejaký čas, kým si ich vzájomne naplnia. Nedôvera strán sa prejavuje neochotou urobiť niečo pre druhých, odbiehaním kontrolovať, či druhá skupina robí to, čo má, niektorí členovia nie sú ochotní sa postaviť na čiaru a tak ďalej.

Samotná diskusia po aktivite:

- Nechajte jednu aj druhú skupinu porozprávať, čo všetko vymysleli, aby dostali druhú skupinu na „svoje“ miesto.
- Spýtajte sa ich, či chceli vedieť, akú úlohu mala druhá strana a či sa na to spýtali a akú dostali odpoveď.
- Spýtajte sa ich, či chceli alebo nechceli povedať druhej strane, čo majú dosiahnuť oni. Prečo im to nechceli povedať? Čo by stratili?
- Spýtajte sa ich, či vám vedia povedať o čo išlo v tejto aktivite? Išlo o to kto vyhrá alebo išlo „len“ o to, aby každý dosiahol svoje?
- Čo im pomohlo k tomu, aby dosiahli svoj cieľ? Čo im v tom bránilo?
- Ako sa prejavovalo ich súperenie a nedôvera voči druhej strane?

Výstupy: cieľom diskusie je uvedomiť si, že nie všetky situácie, ktoré vyzerajú ako konfliktné, musia prejsť do boja. Je veľa situácií v živote, keď na povrchu vidno (často len hmlisto) len opačné ciele a pozície strán. Pod nimi sú často skryté (my sami ich skrývame zo strachu a nedôvery) záujmy, ktoré nám môže druhá strana s našou pomocou celkom ľahko naplniť a my druhej strane tiež. V tejto situácii sme potrebovali od druhej strany, aby pre nás niečo urobila. Nešlo to ale inak, ako jej to otvorene povedať. Našťastie sme jej mali aj my čo ponúknuť, lebo potrebovala od nás niečo veľmi podobné ako my od nej. Mali sme spoločný záujem – splniť úlohu, a mali sme mimobežné (aj keď podobné) záujmy postaviť druhú stranu na určité miesto. Situácia sa môže zmeniť zo súperivej na spolupracujúcu, ak vieme formulovať svoje záujmy a vieme vzbudiť v druhej strane dôveru, aby nám povedala záujmy svoje.



28 | HRA O ZÁPALKY

Cieľ: Naučiť rozlišovať študentov kooperatívne a súperivé riešenie konfliktov v prípade, že ide o obmedzený zdroj (peňazí, bodov, zápalkiek), o ktorý sa uchádzajú viacerí ľudia. (ZŠ, SŠ)

Spôsob: Budete potrebovať niekoľko škatuliek so zápalkami. Rozdeľte študentov do štvoríc. Štvorice nech si sadnú okolo prázdnej stoličky, tak aby všetci na ňu dočiahli, ale nedotýkali sa jej. Potrebujete mať pre každú štvoricu 28 zápalkiek. Cvičenie sa hrá na 7 kôl. Pred začiatkom každého kola dáte pred štvoricu na voľnú stoličku taký počet zápalkiek, aký je určený podľa tabuľky. Neprezradíte koľko bude kôl, ani koľko bude zápalkiek v jednotlivých kolách.

Pravidlá hry: Študenti sa nesmú rozprávať, pokiaľ im vedúci hry nedovolí. Nikto sa nesmie dotýkať ani zápalkiek ani stoličky, pokiaľ vedúci hry nezačne kolo. Na začiatok kola čakajú všetci opretí o svoje operadlá stoličiek s rukami za chrbtom. Ak sa niekto zo štvorice dotkne zápalkiek alebo bude hýbať stoličkou, na ktorej sú zápalky, celá skupina príde o všetky zápalky v tom kole a kolo vynecháva. Ak sa nejaká zápalka zlomí alebo spadne zo stoličky, je neplatná a musí sa vrátiť vedúcemu hry. Úlohou je získať čo najviac zápalkiek.

Po odštartovaní kola počkajte, kým sa strany pobijú o zápalky, alebo si ich rozdelia. Pozbierajte polámané a popadané zápalky. Povedzte hráčom, nech si získané zápalky odložia. Nedovoľte im spolu sa rozprávať, okrem jednej minúty diskusie pred 3., 5. a 7. kolom.

Počet zápalkiek pre jednotlivé kolá:

1. kolo – 3
2. kolo – 3
3. kolo – 5 (môžu sa jednu minútu pred 3. kolom porozprávať)
4. kolo – 2
5. kolo – 5 (môžu sa minútu pred 5. kolom porozprávať)
6. kolo – 3
7. kolo – 7 (môžu sa minútu pred 7. kolom porozprávať)

Diskusia: Pribeh hry: v mnohých skupinách bude prebiehať tvrdý boj o zápalky. Hneď po odštartovaní kola sa všetci vrhnú k zápalkám. Niekde môže byť jeden člen rýchlejší ako ostatní a všetky uchmatne. V inej skupine sa viacerí pobijú o zápalky, niektoré im padnú, niektoré polámu, a tým o ne prídu.

V inej skupine po chvíli môžu prísť na to, že ak si budú zápalky rozdeľovať tak, aby stále mali približne rovnako, na konci hry budú mať všetci po sedem zápalkiek. Počas hry vždy bude mať niekto viac a niekto menej zápalkiek, lebo v každom kole je o jednu zápalku menej alebo viac, ako je členov skupiny. Ak žiadnu zápalku nezlomili alebo im nespadla, na konci hry budú mať rovnaký počet zápalkiek.

V ďalšej skupine sa môžu dohodnúť na tom, že si zápalky nerozdeľujú, ale zbierajú ich na spoločnú kopu počas celej hry.

Po skončení hry sa pýtajte, kto vyhral. Zaznie viac odpovedí. Vyhral ten, kto má najviac zápalkiek v skupine. Vyhrali tí, čo majú rovnako bodov. Vyhrali tí, čo majú všetky zápalky spolu, a teda dokopy najviac.

Spýtajte sa, akým spôsobom získavali zápalky? Pokračujte podobnou analýzou kooperatívneho a súperivého správania, ako je spomenutá v aktivite Palce.

Diskusiu ukončíte tým, že v istých situáciách spôsobuje súperivé správanie to, že ten, kto bojuje, nedosiahne napriek svojej veľkej snahe toľko, koľko by mohol dosiahnuť spoluprácou. Je to preto, že pri boji môže veľa zničiť (zápalky) a navyše pokaziť vzťah strán na dlhý čas (7 kôl si strany nedôverujú a nemajú sa radi). Preto je dobré skúšať v novej situácii spoluprácu a risknúť aj situáciu, keď nemám najviac zo všetkých, ale časom sa to môže striedať a vyrovnávať (až kým všetci máme viac, ako keby sme proti sebe bojovali).



29 | KOCKY V STREDE

Cieľ: Porozprávať sa o súperivom a spolupracujúcom spôsobe riešenia konfliktov v prípade, že je konflikt je spôsobený nedostatkom zdrojov na súčasné uspokojenie záujmov strán.

Spôsob: Potrebujete detské kocky alebo malé predmety, z ktorých by sa dali poskladať slová. Potrebujete škatuľu, v ktorej budete mať kocku uložené tak, aby ich nebolo vidieť.

Rozdeľte účastníkov na 4 rovnaké skupiny. Ak máte možnosť využiť viacej miestností (priestorov), ktoré sú vedľa seba, rozdeľte skupiny do jednotlivých priestorov. Je dobré, ak skupiny, ktoré sú v jednotlivých priestoroch, na seba nevidia, ale nemajú problém prísť jedna za druhou alebo do neutrálneho priestoru medzi nimi. Každý pridelený priestor je priestor jednej zo skupín, kde budú musieť splniť úlohu. Vymedzte aj jeden neutrálny priestor, ktorý patrí všetkým a do neho umiestnite kocky v škatuli.

Úlohou každej skupiny bude poskladať vo svojom priestore z daných kociek nejaké slovo najlepšie zo 4 písmen. Každé písmeno musí byť vytvorené zo 7 kociek. To znamená, že každá skupina potrebuje 28 kociek. V škatuli s kockami by ste mali mať pripravených len toľko kociek, aby z nich mohla postaviť len jedna skupina celé slovo a jedna skupina polovicu slova. V našom prípade by to bolo 42 kociek. Účastníci by nemali vedieť, koľko je v škatuli kociek. Ak sa opýtajú koľko ich tam je, odpovedzte im, že ich je dosť, čo je pravda.

Dajte skupinám časový limit na poradu, kde sa môžu dohodnúť, čo urobia a ako získajú kocky. V čase porady (5 minút) sa nesmú dotýkať kociek, ani škatule. Po uplynutí času na poradu (stopujte a ohlasujte, ako im plyní čas – vytvoríte tým potrebné napätie a súperivé naladenie) oznámte zmenu a nasledujúcich 10 minút môžu skupiny plniť danú úlohu.

Inštrukcia: Každá zo skupín máte svoj priestor. V tomto svojom priestore máte za úlohu poskladať slovo zo štyroch písmen (napr. DELO). Každé písmeno musí byť zložené zo 7 kociek. Máte na to 15 minút. Prvých 5 minút sa nesmieste kociek ani škatule, v ktorej sú uložené, dotýkať. Počas prvých 5 minút sa môžete medzi sebou poradiť, ako budete postupovať. Po uplynutí 5 minút, budem vám ich merať, si už môžete brať kocky a plniť úlohu. Ak bude niektorá skupina hotová, zavolajte ma a ja vám poviem, či ste splnili úlohu.

Diskusia: Pribeh hry:

Vo svojich skupinách budú účastníci diskutovať o tom, ako získajú kocky. Môže sa stať, že vás budú podozrievať, že pre všetky skupiny je kociek málo. Ak sa vás opýtajú či je v škatuli dosť kociek, kludne im odpovedzte, že áno. Účastníci si budú pripravovať niekoľko stratégií postupu.

Súperivá stratégia – Zhromaždia sa okolo škatule s kockami a budú čakať na uplynutie 5-minútového limitu, aby mohli kocky uchmatnúť pre seba a postaviť svoje slovo prví. Táto stratégia vychádza z toho, že kto bude mať prvý postavené slovo vyhráva a ostatní prehrajú. Napriek tomu, že jedna skupina získa všetky kocky silou, môže sa stať, že po zahlásení úspešného splnenia úlohy im ostatné skupiny kocky vezmú a splnia svoje úlohy, či už pokračovaním súperivej stratégie alebo na základe spolupráce.

Spolupracujúca stratégia – Jedna skupina môže začať vyjednávať s ostatnými, nech si kocky rozdelia a potom postupne dopĺňajú písmená. Keď bude jedna skupina mať celé slovo, zahlásia to vedúcemu hry a hneď potom prenesú kocky druhej skupine a pomôžu jej postaviť jej slovo. Takto postupným prenášaním potrebných kociek pomôžu skupiny jedna druhej dosiahnuť cieľ hry: aby všetky skupiny mali v časovom limite postavené štyri slová.

Táto aktivita je zameraná na riešenie konfliktov v prípade, že je jeden obmedzený zdroj, o ktorý majú viacerí záujem (napr. suma peňazí, menší počet, stoličiek ako je ľudí, jeden voľný lístok do kina...). V realite existujú dva typy obmedzených zdrojov – také, ktoré sa používaním mínajú alebo minú (ak viacerí chcú piť vodu z pollitrovej fľaše, ak viacerí chcú ísť na jeden voľný lístok do kina...) a také, ktoré sa môžu striedavo využívať donekonečna (striedanie sa pri jednom počítači, striedavé sedenie na stoličke...). V každom z týchto prípadov je možný postup súperivý alebo spolupracujúci a nemusí (najmä v prípade zdroja, ktorý môžu striedavo užívať všetci, aj keď nie v rovnakom čase) viesť k tomu, že bude uspokojená iba jedna strana, len preto, že bola rýchlejšia, silnejšia a šikovnejšia.

Otázky na diskusiu:

Aký ste zvolili postup a prečo? Prečo ste sa snažili získať kocky len pre seba? Čo vás k tomu viedlo? Aké môžu byť dôsledky takéhoto postupu? Prečo ste sa rozhodli spolupracovať s ostatnými? Čo môžeme urobiť pre to, aby sme sa s ostatnými dohodli na spoločnom postupe?

CVIČENIA NA VYJEDNÁVANIE



30| NÁKUP LAVÍC (podľa Vianočné karty, Dušan Ondrušek, 1999)

Cieľ: Naučiť sa princípy vyjednávania pri pozičnom vyjednaní a pri vyjednaní postavenom na záujmoch.

Spôsob: Pripravte si hárok s inštrukciou pre predávajúceho a obe verzie Inštrukcií pre kupujúceho (verziu s P aj bez P).

Rozdeľte študentov do dvojíc a stručne im popíšte, že budú spolu vyjednávať – jeden kupuje a druhý predáva. Nech sa vo dvojici rozdelia na kupujúceho a predávajúceho.

Rozdajte Inštrukcie pre predávajúceho a potom polovici kupujúcich dajte Inštrukciu pre kupujúceho bez P a polovici Inštrukciu pre kupujúceho s (P). (P) v jednej z inštrukcií znamená odlišnosť inštrukcie v tom, že hranice, v ktorých kupujúci vyjednáva, sa prekrývajú s hranicami predávajúceho. V druhej inštrukcii sa hranice kupujúceho a predávajúceho neprekrývajú.

Inštrukcia: Vašou úlohou je vyjednať čo najlepšiu dohodu pre vás. Snažte sa riadiť podľa situácie, v ktorej sa nachádzate, a nebojte sa použiť fantáziu pri riešení problémov, na ktoré narazíte.

Na celé vyjednanie máte 30 minút. Po tridsiatich minútach sa vráťte s napísanou dohodou kto, za koľko, čo predal alebo kúpil. Ak sa vám dohodu nepodarí urobiť zapíšte si, kde ste sa zasekli.

K inštrukcii v skupine SŠ, D dodajte, aby si zapísali aj svoje návrhy, ktoré dávali druhej strane. Nech si ich zapisujú v tom poradí, ako zazneli pri vyjednaní. Najzaujímavejší je pre vás prvý návrh. Po podaní inštrukcií umožnite účastníkom, aby sa rozišli po budove tak, aby sa navzájom nerušili.

Diskusia: Keď sa dvojice vracajú, zapisujte si ich dohody podľa toho, či sú zo skupiny, ktorá má u kupujúceho (P) alebo nie sú. Ak by ste mali iba štyri dvojice, tak dve by mali mať prekrývajúce sa simulácie a dve nie. Do stĺpcov pre jednotlivé strany zapisujte z dohody tie časti dohody, ktoré hovoria kto, čo dal, investoval, ponúkol druhej strane. Zápis by mohol vyzerať napríklad takto:

Mená dvojice	Predávajúci Pinokio	Kupujúci škola
Jano, Juraj1 (P)	umožnil dve splátky po 400 a 370 tisíc	zaplatil 770.000
Martina, Ina (P)		zaplatil 790.000
Maroš, Kamila	Budú dodávať zvyšky dreva na hodiny praktického vyučovania počas existencie firmy	zaplatil 750.000, poskytne stravovanie cez prázdniny 10 ľuďom a dohodí ďalšie školy na nákup lavíc
Petra, Marta	Zaviazali sa, že sa budú spolupodieľať na protidrogovom programe ako lektori	zaplatil 770.000 a dohodol sa, že využije a zaplatí chlapcov z firmy ako dozor v škole prírode

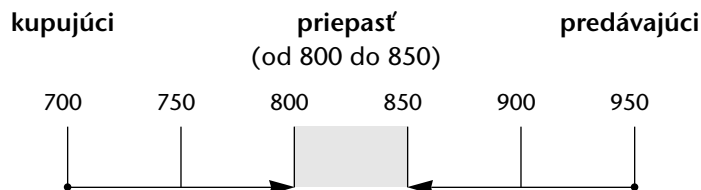
Podľa zápisu všetky dvojice vidia, aký výsledok dosiahli ostatné dvojice.

Spýtajte sa, kto je spokojný s tým, koľko vyjednal.

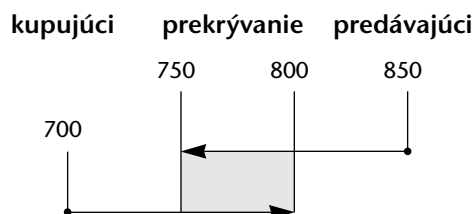
Prezradte im, že boli dve verzie simulácie – v jednej sa hranice, v ktorých sa strany mohli pohybovať, prekryvali (tí, čo mali u kupujúceho P) a v druhej sa sumy neprekryvali.

Nakreslite im graficky, ako to vyzeralo.

verzia neprekryvacía



verzia prekryvacía (P)



- Spýtajte sa, či si pamätajú, akú sumu ponúkli ako prvú predajcovia (vyššiu ako svoje maximum)?
- Akú prvú sumu ponúkli kupujúci (nižšiu ako svoje minimum)?
- Ako na to reagovala druhá strana? Čo si o tom mysleli ich partneri vo vyjednávaní, ak to prehrali? Neohrozilo to ďalšie vyjednávanie?
- Ako ďalej predávajúci zľavovali? Ako ďalej kupujúci zvyšovali ceny?
- Robili predávajúci veľké zľavy alebo veľmi malé, či dokonca už nedávali žiadne zľavy, lebo nemali z čoho?
- Ponúkol niekto z kupujúcich hneď svoju najvyššiu možnú sumu? Ponúkol niekto z predávajúcich hneď najnižšiu cenu a potom nemal z čoho zľavovať?
- Na aké iné problémy narazili?
- Mali pre seba jasné svoje maximum a minimum?
- Mali stratégiu ustupovania zo svojich požiadaviek?
- Čím prekonávali priepasť, keď k nej dorazili? Dávali nejaké nefinančné ponuky na spoluprácu?
- Aké boli ďalšie možné dohody?

Výstupom by mali byť princípy oboch typov vyjednávaní popísané v kapitole o vyjednávaní.



CVIČENIA NA MEDIAČNÉ ZRUČNOSTI



31 | POMENOVANIE ZÁUJMOV V POZIČNÝCH VÝROKCH

Cieľ: Naučiť sa nájsť v pozičných výrodoch záujmy a potreby hovoriaceho.

Spôsob : Rozdeľte účastníkov do dvojíc a rozdajte im výroky z prílohy. Po prečítaní výrokov nech napíšu, aké záujmy má človek, čo povedal napísanú vetu? Čo potrebuje? Po splnení inštrukcie nechajte študentov najprv prečítať pozičný výrok a potom záujmy, ktoré sú za ním skryté.

Napríklad: Výrok – Ty tam určite neprídeš! Obsahuje záujmy – mám strach, že ma necháš čakať, že tam budem sama, že nemáš o mňa záujem...

Diskusia: Ako vám išlo pomenovanie záujmov? Na čo je dôležité vedieť pomenovať záujmy svoje aj záujmy druhej strany? Spojte s teóriou o pozíciách a záujmoch.



32 | PREMENA SŤAŽNOSTÍ NA NEUTRÁLNE VÝROKY

Cieľ: Naučiť sa jednu zo základných zručností mediátora – zmeniť sťažnosť alebo obvinenie jednej strany, na neutrálny výrok obsahujúci záujem strany, ktorý bol ohrozený a chce, aby sa vecne riešil (SŠ, D).

Spôsob: Vo dvojiciach si študenti pozrú tabuľku z prílohy s desiatimi sťažnosťami a do ďalšieho voľného riadku dopíšu, aký záujem je ohrozený u sťažovateľa.

Po tom ako pri jednotlivých sťažnostiach pomenujú záujmy, urobte kolo diskusie, čo si kto doplnil a spoločne dohodnite jednotlivé záujmy sťažujúcich sa strán.

V druhom kole opäť študenti pracujú na tom, ako by priamo v mediácii povedali premenenú sťažnosť s pomenovaním záujmov v neutrálnej neobviňujúcej forme. Po tom, ako budú mať spísaných všetkých desať výrokov, spoločne s nimi jednotlivé možnosti prejdite. Dbajte na to, aby to boli výroky v priamej reči.

Inštrukcia: Pozrite si vo dvojiciach výroky strán, ktoré zazneli v mediácii. Strany sa väčšinou jedna na druhú sťažujú, a preto sa nevedia vecne dohodnúť. Skúste ako mediátori tieto jednotlivé sťažnosti premeniť na neutrálny výrok bez toho, že by ste tam nechali obviňovanie druhou stranou. Do riadku pod sťažnosťou najprv napíšte, čo je záujem, ktorý strana v sťažnosti popisuje. Keď to budete mať, tak sa o tom porozprávame. Potom v druhom kole skúsite sťažnosť na základe toho, že vieme, v čom je záujem strany, preformulovať na neutrálny, neobviňujúci výrok. Predstavte si, že práve mediujete a takúto sťažnosť alebo obvinenie povedala jedna strana druhej. Vašou úlohou mediátora je preložiť ju do neutrálnosti, neobviňujúcej vety, ktorá obsahuje ohrozené záujmy strany, ktoré chce s druhou stranou riešiť.

Diskusia: Jednotlivé preformulované výroky sa môžu mierne líšiť v závislosti od toho, do akej situácie, kontextu, si ho študenti dosadili a aké záujmy za výrokom vnímali. Na záver zopakujte, prečo je v konflikte dôležité neobviňovať druhú stranu, ale hovoriť vecne o tom, čo spôsobuje konflikt medzi stranami.

Výklad ku cvičeniu:

Pri mediácii je jednou z najdôležitejších zručností vedieť preformulovať útočnú sťažnosť na neutrálny výrok – pomenovaním záujmov strán alebo vecným pomenovaním problému, na ktorý sa strana sťažuje. Toto robí mediátor najmä v treťom kroku mediácie, keď sa snaží sformulovať záujmy strán.



33 | ZOSUMARIZOVANIE SPORNÝCH BODOV NA ZÁKLADE PROTICHODNÝCH VYJADRENÍ STRÁN

Cieľ: Naučiť sa sumarizovať a zadefinovať, čo je podstata sporu strán. (SŠ, D)

Spôsob: Vo dvojiciach alebo menších skupinkách doplnia študenti tabuľku o vecnú podstatu (problém) sťažností. Potom ich spolu pred celou triedou spoločne prejdite. V druhej časti práce s výrokmi nechajte študentov v skupinkách doplniť sumarizujúci výrok mediátora. Porozumeniu situácie dvoch sporiacich sa strán môže pomôcť krátke spoločné ujasnenie si kontextu (ktorý nemusí byť každému zrejmý z dvoch izolovaných výrokov strán).

Diskusia: Prejdite so študentmi jednu situáciu po druhej. Najprv sa ich spýtajte, aký problém podľa nich pomenovala jedna aj druhá strana vo svojej sťažnosti. Po tom, ako sa zhodnete, spýtajte sa študentov, ako by v priamej reči zhrnuli podstatu konfliktu medzi stranami.

Otázky do diskusie o premene sťažnosti na problém:

Podľa čoho vybrali zo sťažnosti práve ten aspekt problému, ktorý pomenovali. Čo prekáža strane? Na čo sa sťažuje? Ako by sa to dalo povedať bez toho, že by musela osobne útočiť proti druhému?

Výklad ku cvičeniu:

Pri mediácii je jednou z dôležitých zručností vedieť zosumarizovať sporných bodov konfliktu, ktorými sa bude ďalej zaoberať spolu so stranami v mediácii. Cvičenie je zamerané na pomenovanie problému v sťažnosti a keďže máme vyjadrenia oboch strán umožňuje aj sumarizáciu protichodných vyjadrení strán. Cvičenie nielenže podporuje nácvik preformulovania, ale aj schopnosti vžiť sa naraz nezaujato do vnímania oboch strán. Diskutujte o tom, prečo je pre úspešné riešenie sporu mať dobre zosumarizované a zadefinované sporné body konfliktu.



MEDIAČNÉ SITUÁCIE

V tejto časti sa nachádzajú návody na prácu so simuláciami vytvorenými na nácvik mediácie. Simulácie Walkman, Spoločná práca, Školský výlet, Ukradnutý moped boli vytvorené pre stredoškolákov.

Simulácia Pani Bieliková a pani Jančová, Dozor a Päťka sú vytvorené pre učiteľov, lebo popisujú konflikt medzi učiteľmi.

Simulácia Eloise a Grace je príkladom, ako sa dá z literárneho textu, obsahujúceho konflikt, vytvoriť mediačná simulácia. Túto simuláciu napísala Lenka Rapošová podľa poviedky Chudáček vrtáček z Connecticutu z knihy J. D. Salinger Deväť povídek. Jej popis je príkladom pre učiteľov literatúry, jazykov, pre učiteľov dejepisu a iných predmetov, že ich učivo sa dá využiť na vytvorenie príkladov konfliktov, ktoré žiaci môžu riešiť na hodinách.

Simulácie Flusanie, Cédečko, Čapica, Ty dnes ale vyzeráš! boli napísané pre žiakov základných škôl. V simuláciách sme sa snažili zachovať autentický jazyk žiakov a študentov a preto nie je vždy spisovný.

Spôsob urobenia simulačných cvičení je pre všetky mediácie veľmi podobný, a to isté platí pre inštrukcie, ktoré treba dať študentom. Preto sú inštrukcie napísané len v prvých dvoch simuláciách. Nácvik mediácie zvykneme robiť v troch krokoch – najprv im sami predvedieme mediáciu na jednej zo simulácií, potom im porozprávame, čo hovorí ku každému kroku teória a nakoniec si študenti vyskúšajú najprv jednu mediáciu „do polovice“ po krok 4 (definovanie sporu) a po diskusii si vyskúšajú inú mediáciu s inými mediátormi a prejdú ju celú až do dohody. Naša skúsenosť nám potvrdzuje, že pri prvých mediáciách je pre začínajúcich mediátorov veľkou oporou, ak im učiteľ v prípade, že potrebujú pomáha. Inštrukcia k simulácii Walkman je napísaná na nácvik 1. až 4. kroku mediácie. Inštrukcia k Spoločnej práci je napísaná na precvičenie celej mediácie.

Diskusia sa v každej simulácii líši len v obsahu podľa typu simulácie. Preto uvádzame vždy v diskusii k simuláciám aj možný obsah diskusie. Popis v diskusii ku každej simulácii sa skladá zo štyroch častí: 1. čo chcú strany riešiť, 2. čo majú spoločné, 3. možné dohody, 4. možné problémy, na ktoré mediátori zvyknú v simulácii naraziť. **Všetky tieto štyri časti sú napísané len ako príklad**, pretože sú všetky závislé od toho, do akej miery sa študenti držali predlohy a akí boli tvoriví pri hľadaní riešení.



Všeobecný postup pri mediálnych simuláciách.

1. Je vhodné najprv študentom predviesť na inej simulácii (napr. Ukradnutý moped) ako vyzerá mediácia. Predved'te im krok po kroku, ako sa rieši mediáciou spor medzi dvoma stranami. Potom im svoj postup popíšte, aby si to, čo videli, mohli spojiť s teóriou.
2. Naša skúsenosť nám potvrdzuje, že je vhodné učenie mediácie rozdeliť na dve fázy. Najprv predviesť a vyskúšať 1. – 4. fázu mediácie – to znamená vyskúšať si jednu simuláciu mediácie do polovice po definovanie sporných bodov, záujmov a toho, čo majú strany spoločné. A až potom skúsiť celú mediáciu aj s krokmi 5 až 7 – na tej istej simulácii alebo na inej.
3. Rozdeľte študentov do štvoríc. Dvaja zo štvorice budú sporiace sa strany a ďalší dvaja budú mediátori. Je dobré pre zníženie stresu z novej situácie urobiť mediátorské dvojice, aby si navzájom mohli pomáhať. Jeden z dvojice môže viesť rozhovor, druhý môže zapisovať dôležité sporné a spoločné body, ktoré pomenovali sporiace sa strany. Ak mediátorská dvojica potrebuje, tak môže zastaviť mediáciu a poradiť sa ako ďalej. Tieto možnosti je dobré študentom povedať, aby ich bez obáv používali, lebo pomáhajú lepšie zvládať mediovanie.
4. V diskusii sa venujte:
 - pomenovaniu sporných bodov konfliktu – čo chcú strany riešiť.
 - záujmom strán
 - čo majú strany spoločné
 - aké dohody strany uzatvorili
 - na aké problémy mediátori pri mediácii strán narazili
 - otázkam študentov na mediáciu.



34 | WALKMAN

Cieľ: Naučiť študentov základné zručnosti mediácie a pochopiť, akými krokmi mediácie možno doviesť sporiace sa strany k dohode.

Spôsob: Inštrukcia k tejto simulácii je naformulovaná pre zadanie úloh na precvičenie 1. – 4. kroku v mediácii. V diskusii sa venujeme aj dohodám, ak by ste chceli využiť túto simuláciu na celú mediáciu.

Rozdeľte študentov do štvoríc. Umožnite im, nech si sami rozdelia roly na dve sporiace sa strany a dvoch mediátorov. Podľa toho im rozdajte inštrukcie z prílohy. Popis rol dostávajú len sporiace sa strany. Mediátori by mali mať pri sebe poznámkový blok a kópiu jednotlivých fáz mediácie, podľa ktorých môžu postupovať (z prílohy). Po zadaní všetkých inštrukcií, nech sa štvorice rozídu tak, aby sa navzájom nevyrušovali. Študenti by sa mali do 30 minút vrátiť s napísanými spornými a spoločnými bodmi. Ak budú hotoví skôr, nech prídu hneď, ako skončia.

Inštrukcia: Úlohou sporiacich strán je dobre si naštudovať, o čom je ich vzájomný spor. Vžite sa do toho, že ste navzájom pohádaní. Neukazujte si svoje inštrukcie. Nespolupracujte. Aspoň nie spočiatku, aby mediátori mali čo mediováť. Úlohou mediátorov je postupovať podľa naučených krokov a snažiť sa spolu so stranami dospieť k dohode. V tejto mediácii však prejdite len kroky 1 až 4. Vašou úlohou je skončiť v tom bode, keď budete mať zadefi-

nované sporné body strán, to znamená, v čom sa líšia ich pohľady na tú istú vec, a majte napísané, aj čo majú sporné strany spoločné – čo ich spája. Keď to budete mať, skončíte a vráťte sa naspäť.

Diskusia: Čo chcú strany riešiť:

Kto zaplatí opravu walkmana – ako si podelia náklady na opravu walkmana.

Ako vyriešia to, že im hrozí triedne pokarhanie – kto pôjde za učiteľkou sa ospravedlniť.

Čo majú spoločné:

Boli a chcú byť aj naďalej kamaráti a dôverovať si.

Ani jeden nechce triedne pokarhanie.

Chcú, aby sa vyriešil k ich spokojnosti problém s walkmanom.

Možné dohody:

1. Strany sa dohodli na tom, že Paťa odnesie walkman do opravy a výslednú sumu opravy zaplatia obaja na polovicu. Spolu pôjdu za triednou a každý za seba sa jej ospravedlní.

2. Strany sa dohodli na tom, že Milan dá tento týždeň walkman svojmu kamarátovi, ktorý sa vyzná v opravách elektroniky. Zaplatia na polovicu len náklady na materiál. Ak by to nevedel opraviť on, tak to dajú do opravy. A cenu za opravu zaplatia na polovicu. Paťa pôjde za triednou a za oboch sa jej ospravedlní.

3. Strany sa dohodli, že Paťa dá walkman do opravovne, na ktorej sa obaja dohodnú. Opravár im povie, čo je príčinou toho, že walkman nefunguje. Ak povie, že je to nárazom, tak platia náklady 3:2 (viac platí Milan), ak povie, že je to opotrebovaním, tak platia 2:3 (viac platí Paťa).

Študenti môžu dospieť k podobným formuláciám sporných a spoločných bodov, môžu mať veľmi rôznorodé dohody. K čomu dospejú, závisí od toho, ako tvorivo odbočili sporiace sa strany od pôvodnej predlohy a ako tvorivo vedú vymýšľať možné riešenia.

Vašou úlohou je ustrážiť, či dohody sú sformulované dostatočne konkrétne, aby neboli problémy s ich napĺňaním.

Možné problémy:

1. V tejto simulácii sa veľmi často študenti dostanú do situácie, že strany budú hľadať dôkazy o tom, že druhá strana pokazila walkman, budú hľadať svedkov a alibi, a ak sa mediátori dajú strhnúť týmto smerom, stane sa z mediácie policajné vyšetrovanie. Je to pravdepodobné a pre študentov poučné.

Mediácia nie je policajné vyšetrovanie, ktorého cieľom je niekoho usvedčiť z viny, klamstva, krádeže... Na to by mediátori aj sporiace sa strany potrebovali veľa času, vyšetrovacích prostriedkov, dôkazových materiálov. Ak by strany chceli v tomto pokračovať a mysleli si, že to pomôže vyriešiť ich problém a zachová ich dobrý vzťah, nech im mediátori odporučia obrátiť sa na políciu. Úlohou mediátorov je orientovať ich od minulosti (vyšetrovania a hľadania vinníka) k budúcnosti – to znamená – walkman už je pokazený a keďže je veľmi ťažké zistiť, kto to urobil a ani strany samotné to presne nevedia, mali by sa venovať tomu, ako by mohli spolu napraviť škodu.

2. Pri navrhovaní riešení môže vzniknúť to, že jedna strana bude mať možnosť dať opraviť walkmana niekomu, koho pozná a za neho sa zaviazne, že ten walkman opraví.

V prípade, že niektorá zo strán do riešenia problému zatiahne ďalších ľudí bez toho, že by si u nich overila, či sú ochotní urobiť niečo pre nich, mediátorovou úlohou je zabezpečiť, aby v dohode bolo zapísané, čo strany urobia v prípade, že im ľudia, o ktorých hovoria, nakoniec nepomôžu.



35 | SPOLOČNÁ PRÁCA

Cieľ: Naučiť študentov základné zručnosti mediácie a pochopiť, akými krokmi možno doviesť sporiace sa strany k dohode. (SŠ, D)

Spôsob: Rozdeľte študentov do štvoríc. Umožnite im, nech si rozdelia roly. Dve sporiace sa strany a dvaja mediátori. Podľa toho im rozdajte inštrukcie. Popis rol dostávajú len sporiace sa strany. Mediátori by mali mať pri sebe poznámkový blok a kópiu jednotlivých fáz mediácie (z príloh na kopírovanie), podľa ktorých môžu postupovať. Po zadaní všetkých inštrukcií, nech sa rozídu štvorice tak, aby sa navzájom nevyrušovali. Študenti by sa mali o 30 minút vrátiť s napísanými spornými a spoločnými bodmi a dohodou.

Inštrukcia: Úlohou sporiacich strán je dobre si naštudovať, o čom je ich vzájomný spor. Vžite sa do toho, že ste navzájom pohádaní. Nespolupracujte – aspoň nie spoiatku – aby mediátori mali čo mediovať.

Úlohou mediátorov je postupovať podľa naučených krokov a snažiť sa spolu so stranami dospieť k dohode. Vašou úlohou je mať napísané, aké boli sporné a spoločné body strán. Skončíte mediáciu vtedy, ak sa vám podarí spolu so stranami napísať konkrétnu, splniteľnú dohodu. V prípade, že sa vám v časovom limite nepodarí dospieť k dohode – čo sa môže stať pri hociktorej mediácii – spíšte aspoň sporné a spoločné body, a napíšte predbežnú dohodu, ak sa strany na nejakej časti dohodli. Ak sa strany nedohodli na ničom, napíšte kam ste -dospeli a prečo ste sa podľa vás zasekli.

Diskusia: Čo chcú strany riešiť:

Fajčenie a nefajčenie pri práci.

Kde sa bude robiť rozhovor.

Čo majú spoločné:

Obaja chcú urobiť dobrú prácu a chcú ju urobiť načas.

Možné dohody:

1. Nahrávku urobia so študentom žurnalistiky v nefajčiarskej reštaurácii alebo v bare. Pri prepisovaní rozhovoru jednu polovicu prepíše fajčiar a jednu nefajčiar, takže nebudú musieť byť spolu. Pri spoločnom dokončovaní práce u nefajčiara doma, pôjde fajčiar vždy na balkón fajčiť, aby nenasmradil v izbe, kde pracujú s nefajčiarom.

2. Nefajčiar aj fajčiar pripravia samostatne otázky na interview. Nefajčiar ich potom dá dokopy a fajčiar podľa toho urobí rozhovor kde chce. Nefajčiar potom prepíše jednu polovicu a fajčiar druhú polovicu rozhovoru.

3. Rozhovor urobia spolu v záhradnej reštaurácii, v záhradnej časti, aby nefajčiar necítil dym z cigariet.

Možné problémy:

1. V tejto situácii najmä nefajčiar môže vystupovať v pozícii morálneho víťaza, lebo on sa správa zdravo, a preto bude možno odsudzovať správanie fajčiara.

Úlohou mediátora je zabrániť hodnoteniu a odsudzovaniu strán. Jeho úlohou je zamerať sa na vyriešenie situácie a nie na to, aby jedna strana prevychovávala druhú.

2. Strany môžu mať problém s tým, že sa zaseknú na voľbe buď alebo. Buď stále fajčiť, alebo nikdy nefajčiť pri práci. To je, samozrejme, nezlúčiteľné a mediátor im pomáha nájsť cestu, ako skombinovať chuť jedného fajčiť s odporom k fajčeniu druhého.

3. Ďalší problém býva pri hľadaní miesta, ktoré má atmosféru, ale neprekáža fajčiarovi. Mediátor musí podporovať strany v tom, aby navrhovali rôzne možnosti a postupne si z nich nakombinovali tú, ktorá obom vyhovuje. Tým miestom, ak chcú byť spolu, je miesto, kde sa môže fajčiť a zároveň je také, kde nefajčiar nebude musieť dýchať dym z cigariet.



36 | ŠKOLSKÝ VÝLET

Diskusia: Študenti by sa mali do 30-40 minút vrátiť s napísanými spornými a spoločnými bodmi a dohodou. Okrem toho je táto simulácia ideálna na vymenovanie rôznorodých protikladných, mimobežných a spoločných záujmov strán.

Čo chcú strany riešiť:

1. Aké miesto na školský výlet naplní záujmy oboch strán?

Záujmy „chatárov“ – pohodlie, teplo v izbách, sucho za dažďa, televízor, spoločenská miestnosť na stretávanie, Jano sa tam vyzná, pekné okolie na turistiku, strava v reštaurácii,...

Záujmy „stanovačov“ – dobrodružnosť, sami si chcú variť, folkový koncert, turistika, voda na kúpanie, je to lacnejšie, bližšie...

Spolu s účastníkmi urobte zoznam záujmov oboch strán a roztriedte ich na protikladné, mimobežné a spoločné.

Čo majú spoločné:

Chcú ísť na výlet.

Chcú byť na výlete spolu.

Možné dohody:

1. Zistí sa, či sa dá stanovať v areáli vybavenej chaty a tam sa bude stanovať. Ak to nie je možné, tak sa zistí, či sú chatky alebo chata na mieste, kam sa má ísť stanovať a časť bude v chatkách.

2. Nájde sa nové miesto, kde budú aj chatky aj stanovanie.

Možné problémy:

1. Do „hry“ je zapojených veľa záujmov, ktoré môžu spôsobiť zmätok u strán aj mediátorov. Toto cvičenie je dobrým príkladom toho, ako je dôležité, aby si mediátor robil poznámky a ujasňoval si u sporiacich sa strán, ktoré sú sporné body alebo záujmy. Po tom, ako si vytvorí zoznam sporných bodov, môže mediátor pomáhať stranám sústrediť sa na hľadanie riešení, ktoré naplňajú ich záujmy. Strany majú tendenciu vidieť možné riešenia len z pozície ich záujmov – z pohľadu „buď alebo“. Vnímajú mimobežné záujmy ako protichodné, a to im bráni hľadať riešenia.

2. Druhá problémová situácia môže nastať vtedy, keď mediátor bude musieť „ošetrovať“, čo s tým, ak sa bude musieť platiť za objednanú chatu storno (to



je spoločný problém strán), kto a dokedy musí overiť, aké sú ďalšie možnosti (či sa dá stanovať pri chate, či sú chatky pri táborisku, či existujú iné výletné miesta aj so stanmi aj s chatkami). Pri písaní dohody o niečom, čo je závislé od toho, čo strany o pár dní zistia – bude úlohou mediátora do dohody napísať aké možnosti prihádzajú do úvahy a v akom poradí.



37 | UKRADNUTÝ MOPED (SŠ, D)

Diskusia: Študenti by sa mali o 30-40 minút vrátiť s napísanými spornými a spoločnými bodmi a dohodou.

Čo chcú strany riešiť:

V akom pomere a koľko kto z nich zaplatí za moped a koľko sa doplatí z poisťovne. Kto bude vybavovať poisťovňu.

Dohodnúť si spôsob požičiavania vecí.

Čo majú spoločné:

1. Vyriešiť k vzájomnej spokojnosti tento spor.
2. Chcú byť naďalej kamaráti a mať vzájomnú dôveru.

Možné dohody:

1. Martin vybaví poisťovňu a Tomáš pôjde len tam, kde treba jeho podpis a osobnú prítomnosť. Začne od zajtra a bude o všetkom, čo zistil, informovať Tomáša. Keď bude jasná suma, akú uhradí poisťovňa, Martin zaplatí Tomášovi polovicu sumy, ktorá vznikne odčítaním sumy z poisťovne od 10.000 korún. Ak suma presiahne 2.000 korún, Martin ju zaplatí na dvakrát, vždy po mesiaci odo dňa, keď príde vyrozmene z poisťovne.

Možné problémy:

1. Strany sa budú vzájomne obviňovať a nedôverovať si – mediátor musí pomôcť stranám ujasniť si – napr. že Tomáš použije poisťovňu, a že Martin uzná, že svoj podiel na krádeži má, keď nepoužil reťaz.
2. Neistota strán aj mediátora z toho, že nie je jasné, ako to „celé s tou poisťovňou“ dopadne. Dohodu treba písať v časovej následnosti: keď sa stane toto, tak strany urobia toto – napr.: Ak poisťovňa zaplatí menej ako 5 tisíc korún, Martin zaplatí 70 % zvyšnej sumy do 10 tisíc. Ak poisťovňa zaplatí viac ako 5 tisíc, zaplatia zvyšok na polovicu.
3. Neistota mediátora a strán z toho, že nevedia, ako funguje u nás odškodnenie poisteného vozidla – opäť postupovať ako v bode 2. – napísať dohodu v časovej následnosti s variantmi vývoja situácie. Mediátor môže dohodnúť niekoľko stretnutí s tým, že sa na mediácii teraz dohodne, aké informácie potrebujú zistiť, aby mohli urobiť dobré dohody.

MEDIAČNÉ SIMULÁCIE PRE UČITEĽOV



38| PANI BIELIKOVÁ A PANI JANČOVÁ

(cvičenie je upravené podľa – Fairfax County Public Schools Safe and Drug-free Youth Section, Falls Church) (D)

Diskusia: Učiteľia by sa mali o 30-40 minút vrátiť s napísanými spornými a spoločnými bodmi a dohodou.

Čo chcú strany riešiť:

1. Ako sa má správne správať učiteľ – aký je ten správny model?
2. Akým spôsobom si dávať spätnú väzbu, svoj názor na druhého.

Čo majú spoločné:

1. Chcú v klude učiť podľa vlastného štýlu.
2. Chcú navzájom dobre vychádzať.

Možné dohody:

1. Pani Jančová a pani Bieliková sa budú navzájom rešpektovať. Keď jedna alebo druhá bude chcieť prejsť svoj názor na prácu druhej, najprv pôjde za ňou a povie jej, že sa chce s ňou porozprávať. Druhá si ju vypočuje a nebude odmietať jej názor. Pani Bieliková nebude reagovať posmechom na názory pani Jančovej. Pani Jančová nebude hodnotiť prácu pani Bielikovej pred ostatnými učiteľmi v neprítomnosti pani Bielikovej.

Možné problémy:

Ide o štýl správania učiteľa k žiakom, ktorý môže byť spôsobený hodnotami učiteľa, chápaním jeho roly a štýlom „vychovávaní“ svojím správaním voči študentom. A to môže byť „rovesnícky“ prístup alebo „vzorové“ správanie sa. V prípade hodnôt bude ťažko vyjednávať o zmene prístupu k žiakom. Iný problém môže byť, ak škola ako inštitúcia preferuje jeden zo spôsobov komunikácie so študentmi – v tom prípade môže ísť o štrukturálny konflikt a škola (jeho zástupca) môže vyjednávať o tom, či bude učiteľ naplňovať normy a filozofiu školy alebo ak nie, tak aké dôsledky to bude mať pri jeho hodnotení vedením.



38| DOZOR

Diskusia: Čo chcú strany riešiť:

Spôsob robenia dozoru vo dvojici.

Čo majú spoločné:

Nechcú byť v konflikte kvôli dozoru.

Chcú si oddýchnuť počas ťažkého dňa.

Zaujmy strán:

Zuzana: neostať sama na celú chodbu, mať dozor s niekým, na koho sa môže spoľahnúť, oddýchnuť si počas ťažkého dňa, nechodiť domov vyčerpaná a nervózna...

Eva: po ťažkých hodinách sa vyrozprávať a oddýchnuť si, dať si cigaretu cez prestávku, nerobiť dozor po najťažších vyučovacích hodinách a triedach...

Možné dohody:

1. Zuzana s Evou sa dohodli, že budú spolu presne od začiatku na dozore. Pred koncom dozoru na veľkej prestávke, ak by sa nič nedialo, sa Eva spýta Zuzanu, či si môže ísť zapáliť. Ak je to v poriadku, Zuzana ju pustí. Na oplátku – ak bude všetko ďalší deň v poriadku, pôjde z dozoru skôr Zuzana.

2. Zuzana spolu s Evou sa pokúsia prehovoriť inú učiteľku, ktorá nemá taký ťažký deň, aby sa s Evou a Zuzanou striedala na dozore.

**40 | PÄTKA**

Diskusia: Čo chcú strany riešiť:

Či a za akých podmienok nechať alebo nenechať prepadnúť Petra.

Čo majú strany spoločné:

„Dobro“ žiaka a školy.

Možné dohody:

1. Peter dostane dva týždne dopredu vedieť, že ho budú skúšať. Termín dohodnú spolu s ním a povedia, mu ako vidia situáciu. Ak nepríde na skúšku, alebo sa nenaučí, prepadne.

2. Dohodnú sa, že ho pustí ďalej, ale musí sa zaviazat', že sa cez prázdniny doučí a príde sa preskúšať. Ak to neurobí, je to jeho zodpovednosť a angličtinárka mu už nikdy nič neuverí.

Možné problémy:

Angličtinárka môže trvať na svojich kritériách a nemusí mať žiadnu vôľu sa dohodnúť. Neostáva nič iné, ako si ujasniť záujmy strán, porozumieť im a nechať to tak. Môžu sa v tomto prípade dohodnúť aspoň na tom, že v budúcnosti, ak bude chcieť definitívne nechať niekoho prepadnúť, dá to vedieť ešte pred tým aj žiakovi aj triednemu, aby si triedny mohol pohovoriť so žiakom a podporiť ho pri príprave na skúšanie.

**41 | SLÚŽKA**

(podľa poviedky Chudáček vrtáček z Connecticutu z knihy J.D. Salinger Devět povídek spracovala Lenka Rapošová)

Diskusia: Čo chcú strany riešiť:

V tomto prípade je viac bodov, ktoré nie sú v protiklade, ale treba ich riešiť. Nerozprávať pred inými ľuďmi svoj kritický názor na druhého.

Ak chce Grace pomoc, má to povedať vo „vhodnom“ čase.

Uštipačné poznámky Eloise na rasu Grace.

Ujasniť medzi Grace a Eloise vykonávanie úloh.

Čo majú spoločné:

Chcú ďalej ostať v pracovnom vzťahu, lebo im to vzájomne vyhovuje.



Možné dohody:

Grace nebude hovoriť pred ostatným personálom kritický názor na Eloise, ale povie jej to priamo. Eloise nebude mať uštipačné poznámky týkajúce sa jej rasy a nebude ju zhadzovať v prítomnosti hostí. Keď bude Eloise dávať Grace nejaké úlohy, vysvetlí jej, čo od nej chce a do kedy to chce mať urobené. Grace to potom po dohode urobí. Ak bude chcieť Grace nejakú pomoc od Eloise, počká si na vhodnú chvíľu – keď nebude Eloise pod vplyvom alkoholu alebo inak zaneprázdnená.

Možné problémy:

V tejto situácii môže vyriešiť veľa aj zmierenie strán. Požiadanie o prepáčenie a danie odpustenia. Napriek tomu je vhodné urobiť jasné dohody týkajúce sa rozdeľovania úloh a ohovárania.

Niekedy bude Eloise ako nadriadená neústupná, aby si zachovala svoju tvár.

MEDIAČNÉ SIMULÁCIE

PRE ŽIAKOV ZÁKLADNÝCH ŠKÔL

Tieto mediácie boli pripravené a odskúšané na žiakoch základných škôl. Jazykom aj typom konfliktov sú prispôbosené ich veku (flusanie, flusátko...). Za pomoc a inšpiráciu pri vytváraní týchto simulácií chcem poďakovať učiteľkám zo Základnej školy J. A. Komenského na Majerníkovej ulici v Bratislave, najmä Táni Piovarčiovej.



42 | FLUSANIE

Diskusia: Čo chcú strany riešiť:

Aby Ivan prestal Vladovi robiť nepríjemnosti, keď mu to povie. Ivan potrebuje vidieť, že to Vlado myslí vážne, aby pochopil, že nežartuje.

Vlado chce, aby aj Ivan išiel s ním do kabinetu a vysvetlil učiteľovi, ako to bolo.

Ivan nechce, aby to Vlado na neho povedal.

Čo majú spoločné:

Chcú byť kamaráti a chcú konflikt riešiť.

Možné dohody:

Vlado s Ivanom budú na seba flusať len cez prestávku. Keď bude Ivan robiť Vladovi zle a Ivan povie, aby prestal, tak prestane. Vlado to musí povedať vážne. Vlado s Ivanom pôjdu spolu za učiteľom a ospravedlnia sa mu. Povedia mu, že sa dohodli, že už to viac cez hodinu nebudú robiť. Pôjdu za ním zajtra cez prvú prestávku.

Možné problémy:

1. Jedným je porušenie školského poriadku – vyrušovanie cez hodinu – mediátor by mal prihliadať na to, aby sa v dohode spomenulo, ako sa budú správať nabudúce cez hodinu.

2. Typický je tento spor v tom, že žiaci (samozrejme, že s tým majú problémy všetci ľudia) si často prekračujú svoje hranice a upozornenia druhých neberú vážne. Vzniká to aj preto, lebo upozornenia sa často nepovedia tak vážne, ako sa myslia. Úlohou mediátora je zabezpečiť dohodu medzi stranami, aby si dohodli jasné znamenia (verbálne alebo neverbálne), kedy to ten druhý myslí naozaj vážne. A aby to porušovateľ pochopil a rešpektoval. Je vhodné, ak k dodržiavaniu hraníc mediátor zaviazne obe strany, nie iba jednu.



43 | CÉDEČKO

Diskusia: Čo chcú strany riešiť:

Andrea chce naspäť svoj walkman.

Maroš chce naspäť svoje cédečko.

Čo majú spoločné:

Nechcú triedne pokarhanie.

Možné dohody:

Maroš sa bude chalanov pýtať, kto má walkman. Ak mu ho dajú, on ho potom s Andreou vymení za svoje CD. Ak sa nikto nebude chcieť verejne priznať, aby to nebolo na neho, povie chalanom, nech idú na skryté miesto (napr. na záchod) a tam mu ho dajú. Potom ho vymení za CD. Maroš s Andreou pôjdu za učiteľkou a povedia jej spolu, že už to vyriešili.

Možné problémy:

Môže sa stať, že Andrea bude chcieť vyšetrovať, ako a cez koho ten walkman koloval, ale tým by zatiahla do riešenia veľa ľudí. Je to jedno z možných riešení, na ktorom sa môžu dohodnúť, že to spravia, ale až po ukončení mediácie. Mediátorovou úlohou nie je viesť vyšetrovanie, ale pomôcť nájsť spôsob, ako môže dostať Andrea späť walkman a Maroš CD.

Opäť tu ide o porušenie hraníc druhého človeka. Chalani si bez vedomia druhého zobrali cennú vec a schovali ju. Mediátorovou úlohou je doviesť strany k tomu, aby v budúcnosti rešpektovali hranice druhého, a aby strany jednoznačne a zrozumiteľne svoje hranice vymedzovali.

Súčasťou dohody (ak je to opakovaný prípad v triede), môže byť, že Andrea aj Maroš sa dohodnú, že si nebudú bez opýtania brať druhého veci. Ak uvidia, že to niekto robí, upozornia ho.



44| ČAPICA

Diskusia: Čo chcú strany riešiť:

Ondrej chce, aby ho Tomáš prestal búchať.

Tomáš chce, aby Andrej odvolal, čo na neho vymyslel a už ho neohováral.

Čo majú spoločné:

Nechcú si robiť navzájom zle.

Možné dohody:

Keď Ondrejovi bude vadiť, čo mu Tomáš robí, tak mu to povie. Tomáš ho za to nebude biť. Ondrej nebude šíriť vymyslené veci o Tomášovi, a keď si bude chcieť s ním niečo „vybaviť“, tak mu to povie rovno. Ak by to medzi nimi nefungovalo, tak sa o týždeň zastavia znova za mediátorom.

Možné problémy:

Tomáš, ako silnejšia strana, nemusí mať záujem riešiť konflikt „mierovou cestou“. Tento prípad môže byť typickým prípadom šikanovania slabších.

Mediátorovou úlohou, ak by mediácia nefungovala, je spomenúť, čo bude nasledovať v prípade nedohody Tomáša s Ondrejom. Pravdepodobne, podľa zvyklostí školy, bude nevyhnutný zásah učiteľa, aby umožnil Ondrejovi bezpečné prostredie v škole.



45 | TY DNES ALE VYZERÁŠ!

Diskusia: Čo chcú strany riešiť:

Jana chce ospravedlnenie a to, aby jej Martina kritiku povedala do očí a nie jej ju zamlčala a povedala ju potom ostatným.

Martina chce, aby jej Jana povedala, ak sa na ňu hnevá a nie aby ju celý deň ignorovala.

Čo majú spoločné:

Chcú sa spolu rozprávať a kamarátiť.

Možné dohody:

Martina sa bude snažiť povedať celý svoj názor na to, ako sa Jana obliekla. Martina ho povie vtedy, ak sa jej to Jana spýta. Ak sa jej nebude pýtať, tak Martina nebude v ten deň hovoriť o jej oblečení s inými ľuďmi. Ak Martina spraví alebo povie niečo, čo Janu našťve, tak Jana jej to povie a nebude mlčať a ignorovať ju.

Možné problémy:

V tomto prípade môže ísť o čisté nedorozumenie a môže stačiť len ospravedlnenie jednej strany (dá sa to, ak je to jednorazová záležitosť a sú to kamarátky).

Úlohou mediátora je objasniť si, či to je jednorazová záležitosť, alebo sa opakuje v rôznych podobách. Ak sa opakuje (Jana sa viackrát urazila a nič nepovedala, len Martinu ignorovala – Martina viackrát hovorila pred druhými to, čo nepovedala Jane do očí a tvárila sa, že sa nič nedeje), tak úlohou mediátora je dohodnúť spôsob komunikácie kritiky a slovného vyjadrenia, ak sa jedna zo strán urazí.



46 | SEBAKONTROLNÝ FORMULÁR MEDIÁTORA

Tento formulár môžu mediátori použiť počas mediácie na sebakontrolu, či urobili všetko potrebné na to, aby sa mediácia uskutočnila, čo najlepšie. Je možné si zaznačovať jednotlivé body, ktoré splnili priamo počas mediácie, alebo aj po jej skončení.

Úvod		
Privítal som strany na mediácii a ocenil to, že prišli?		
Predstavil som spolumediátora a vysvetlil, prečo je so mnou? (ak je tam)		
Vysvetlil som rolu mediátora a mediácie?		
Vysvetlil som kroky mediácie, ktorými budeme postupovať?		
Povedal som im základné komunikačné pravidlá a spýtal sa ich, či ich chcú dodržiavať?		
Vysvetlil som stranám dôvernosť mediácie a dohodol sa s nimi na nej?		
Uistil som sa, že chcú takýmto spôsobom riešiť svoj konflikt?		
Spýtal som sa ich, či majú dostatok času na mediáciu?		
Spýtal som sa ich, či im je všetko zrozumiteľné a či majú nejaké otázky?		
Rekonštrukcia sporu		
Dal som stranám možnosť vybrať si, kto chce hovoriť prvý?		
Keď jedna zo strán rozprávala (platí pre obe strany):	Vybral som z každej časti výpovede podstatu a zopakoval ju nahlas, aby mi strana potvrdila, že som to dobre vystihol?	
	Dal som najavo, že rozumiem, ako sa cíti? Pomenoval som jej pocity?	
	Kládol som jej otázky na objasnenie jej pohľadu na konflikt?	
	Keď sa sťažovala na druhú stranu, preformuloval som jej sťažnosť do neutrálneho jazyka, aby to nebolo útočné proti druhej strane?	
	Zapisoval som si záujmy a potreby strany a ujasňoval si u strany, či som ich správne pochopil?	
	Zosumarizoval som na konci jej rozprávania všetky body, ktoré strana pokladala za dôležité povedať?	
	Spýtal som sa jej, či som to zhrnul všetko a správne a či chce ešte niečo dodať?	
Ak sa objavili medzi stranami neujasnené pocity alebo fakty, pomohol som im ich objasniť?		
Keď sa strany snažili obviňovať, nadávali si alebo skákali do reči, zabraňoval som im v tom a upozorňoval ich na dohodnuté pravidlá komunikácie?		
Definovanie sporných bodov a spoločných záujmov		
Pomenoval som a ujasnil si záujmy a potreby oboch strán?		
Pomenoval som a potvrdil si od strán, ktoré veci ich spájajú?		
Pomenoval som a dal si potvrdiť od strán sporné body, ktoré budeme na mediácii spoločne riešiť?		
Navrhol som im, ktorý z bodov budeme riešiť ako prvý? Uistil som sa, či súhlasia?		

Vytváranie možností dohody	
Pýtal som sa strán, aké riešenie navrhujú pre jednotlivé sporné body?	
Podporoval som ich v hovorení nápadov?	
Pýtal som sa strán, keď bolo potrebné návrhy konkretizovať?	
Pýtal som sa strán, prečo sa im návrh druhej strany páči a prečo sa im niečo z neho nepáči?	
Poukazoval som na ústretové kroky strán?	
Vyberal som z návrhov tie časti, ktoré boli prijateľné pre obe strany?	
Keď sa dospelo k čiastočnej dohode, pomenoval som to a podporil strany v ďalšom hľadaní riešení?	
Overil som si dôsledky jednotlivých riešení – či napĺňajú potreby a záujmy strán?	
Keď sa strany dohodli na jednom spornom bode, ocenil som ich?	
Po uzavretí jedného sporného bodu, pomenoval som ďalší sporný bod, ktorý majú riešiť?	
Overil som si, či sme sa dotkli všetkých problémov?	
Formovanie dohody	
Naformuloval som do dohody riešenia všetkých sporných bodov, ktorými sme sa zaoberali?	
Overil som si to u strán?	
Je v dohode zachytené, čo má konkrétne každá strana urobiť?	
Sú jasné konkrétne činy, správanie a termíny na naplnenie dohody?	
Overil som si, či je dohoda každej strane zrozumiteľná a čo pre každú z nich z dohody vyplýva?	
Záver	
Ocenil som strany za ich snahu vyriešiť ich spor?	
Navrhol som stranám pokračovanie alebo kontrolné stretnutie v prípade ich potreby?	
Rozlúčil som sa so stranami?	



47 | VYTVORENIE SIMULÁCIE NA MEDIÁCIU SO ŠTUDENTMI

Cieľ: Naučiť študentov pozeráť sa na konflikt očami oboch sporiacich sa strán.

Spôsob: Študenti utvoria 4-členné skupinky, ktoré budú vymýšľať konfliktné situácie. Keď vymyslia niekoľko konfliktov, jeden z nich, ktorý je relatívne zrozumiteľný a nie príliš komplikovaný (sú v ňom len dve osoby) si vyberú. Potom si v skupine dohodnú, kto bude hrať jednu stranu a kto druhú. Potom sa vžijú do svojej postavy a tak dve dvojice napíšu svoj príbeh konfliktu zo svojho pohľadu, ako keby sa stal im a rozprávali ho kamarátovi. Prípadné faktografické odlišnosti sporu (či sa pobili, či mu ukradol pero alebo ceruzku) si môžu vo vzájomnej diskusii zladať. V tomto cvičení možno využiť Dotazník konfliktov na hľadanie konfliktných situácií.

Inštrukcia:

1. *Napíšte veľmi stručne zoznam niekoľkých konfliktov, ktoré ste v poslednom čase zažili, alebo videli. (3 minúty)*
2. *Vyberte z nich jeden, ktorý si budeme viac rozoberať. (3 minúty)*
3. *Dajte sporiacim sa stranám fiktívne mená, aby sme ich mohli dobre odlišovať. Dohodnite si, kto bude koho v spore predstavovať. Ak máte roly rozdelené, napíšte každý stručne z pohľadu vašej strany, prečo ku konfliktu došlo, čo vám v ňom prekáža a prečo ho chcete riešiť. Skúste si predstaviť, že vy ste tá osoba v konflikte a rozprávate, čo sa vám stalo.*

Diskusia: Ak budú žiaci pripravení, nech najprv svoj konflikt nazvú výstižným názvom (napr. Hádky pre list). Potom nech zástupcovia oboch strán prečítajú jeden po druhom (prípadne voľne povedia) celej triede svoj pohľad na konflikt, čo sa im stalo. Diskutujte s dvojicou a s celou triedou o tom, na aké problémy narazili pri formulovaní dvoch pohľadov na konfliktnú situáciu.

Možné problematické miesta a body diskusie:

1. Pohľady oboch strán sa zhodujú, študenti ich opísali iba z pohľadu jednej strany – vyzvite najprv dvojicu, nech popíšu, prečo sa teda strany hádajú, keď vidia konflikt rovnako. Potom im pomôžte domyslieť pohľad druhej strany. Vtiahnite do vymýšľania odlišného pohľadu jednej zo strán aj triedu. Objasnite triede, že ak zastávame názor jednej zo strán, je veľmi ťažké sa vžiť do toho, ako rozmýšľa, čo cíti, aké záujmy má druhá strana. V konflikte nám môže veľmi pomôcť, ak sa dokážeme vžiť a porozumieť druhej strane a preto robíme toto cvičenie.
2. Spýtajte sa triedy, prečo sa stáva aj iným ľuďom, že si nevedia domyslieť, čo si o konflikte, do ktorého sa dostali, myslí druhá strana?



48 | DOTAZNÍK KONFLIKTOV

Cieľ: Urobiť inventúru konfliktov v priebehu týždňa. Pouvažovať, do akých konfliktov sa najčastejšie účastníci dostali a ako ich riešili. Ujasniť si postoj k tomu, či by využili mediačné stretnutie na riešenie ich konfliktu.

Spôsob: Rozdajte rozmnožený Dotazník konfliktov každému účastníkovi. **O prvej časti** ich nechajte v pokoji porozmýšľať. Nech si predstavujú aj tie menšie konflikty a situácie, ktoré vyzerali konfliktne. Prípadne vyzvite niektorých, ktorí hneď zareagujú a začnú písať, nech povedia príklady konfliktov, ktoré sa stali minulý týždeň. Podstatné je, aby popisovali tie, ktoré sa stali im a nie tie, ktoré videli alebo počuli o nich. Pomáhajte im spomenúť si, pripomínajte konflikty, ktoré viete, že sa bežne v ich triede stávajú.

V druhej časti im dajte príklad: ak si zapísali v prvej časti napríklad B) slovnú hádku s kamarátom, tak v druhej časti nech si vyberú, ako túto slovnú hádku ukončili. Ak sa skončila tak, že sa pobili, nech B pripíšu k výroku 5. Ak ich bolo viac a všetky sa skončili bitkou, tak nech toľko B pripíšu k bodu 5.

V tretej časti im navod'te predstavu tak, ako je v inštrukcii dotazníka, nech si predstavia, že majú konflikt s niekým a nevedia ho poriadne vyriešiť tak, aby boli spokojní. Ak by vedeli, že v škole sú vyškolení študenti aj učitelia v riešení konfliktov, či by sa na nich obrátili alebo nie. Nech si z navrhnutých reakcií vyberú tie, ktoré vystihujú ich názor, ale maximálne päť. Prípadne, ak ich názor vety nevystihujú, nech dopíšu vlastný.

Diskusia: Prvú časť môžete využiť na zistenie, aké konflikty sa vyskytujú najčastejšie a ktoré málo alebo vôbec.

Spýtajte sa ich, prečo práve tieto typy konfliktov sú medzi nimi také rozšírené.

V druhej časti sa pýtajte, ako najčastejšie zvyknú riešiť svoje konflikty. Pýtajte sa na konkrétne prípady, ak o nich chcú hovoriť. Pýtajte sa, ako nekonštruktívne alebo agresívne prístupy môžu zmeniť a čo pre to musia urobiť.

V tretej časti sa pýtajte študentov, ktorí odpovedali pozitívne na intervenciu tretej strany, prečo by to prijali a aké v tom vidia výhody. Spýtajte sa študentov, ktorí napísali skôr odmietavé odpovede, prečo by neprijali tretiu osobu, aby im pomohla riešiť ich spor. Nehodnoťte ich výpovede, ani ich nepresvedčajte, čo je dobré a čo nie.

CVIČENIA NA SKUPINOVÚ DISKUSIU A SKUPINOVÉ ROZHODOVANIE

Toto cvičenie sa dá použiť na tri základné ciele.

Na skvalitnenie zručností aktívneho počúvania (parafrázovanie, sumarizácia) v situácii, keď sme v skupine s ľuďmi, ktorí majú odlišný názor ako my. Úlohou toho, kto vedie toto cvičenie, je naozaj dbať na to, aby každý, kto chce niečo povedať, najprv zopakoval to, čo povedal človek pred ním. Je to prekvapivo ťažké, ale poučné cvičenie.

Ak cvičenie použijete na precvičenie schopností argumentovať, úlohou účastníkov je zdôvodňovať, prečo nimi vybraná možnosť je dobrá, prečo ju uprednostňujú, prečo si nevybrali inú možnosť. Keďže sa v tejto knižke nevenujeme podrobnejšie argumentácii, stačí, ak sa so študentmi porozprávate o tom, ako je potrebné na to, aby mi druhá strana porozumela, vedieť sformulovať jasne a zrozumiteľne, čo si myslíme a prečo si to myslíme – či už na základe pocitov alebo logických odôvodnení.

Ak chcete dať študentom zažiť skupinové rozhodovanie, je možné obe cvičenia dať s inštrukciou 3. Ani téme Skupinové rozhodovanie sa v tejto knižke podrobnejšie nevenujeme, ale je možné so študentmi diskutovať tak, ako sa píše v diskusii bod 3. Diskusiu môžete viesť smerom ku konfliktom v skupine, ktoré majú podobné črty a vývoj ako konflikty dvoch osôb, ktoré majú odlišný názor na vec. Prípadným záujmom odporúčame knihu Čítanka pre neziskové organizácie, kde si k tejto téme môžu prečítať viac o typoch rozhodovania v skupine.



49 | ROZDELENIE PEŇAZÍ

- Cieľ:**
1. precvičiť aktívne počúvanie
 2. precvičiť argumentáciu
 3. precvičiť skupinové rozhodovanie

Spôsob: Rozdeľte triedu na skupiny po 6 ľudí. Študenti si môžu vybrať jednotlivé možnosti rozdelenia peňazí úplne samostatne podľa vlastného rozhodnutia – aby sa s ním vedeli lepšie stotožniť.

Ak odhadujete svojich študentov na takých zručných a vyspelých, že sú schopní stotožniť sa s ktorýmkoľvek zo 6 názorov, ktorý by zastávali v tomto cvičení, vyberte im možnosti náhodne. Napríklad – každý zo študentov nech si vyberie jedno číslo od 1 po 6. Podľa toho potom bude obhajovať názor s jeho číslom.

Inštrukcia:

1. Precvičovanie aktívneho počúvania: „Vašou úlohou je povedať, prečo chcete, aby si ostatní vybrali variant, ktorý obhajujete vy. Ak chce niekto niečo povedať, niečím presvedčiť ostatných, musí najprv zopakovať to, čo pred ním povedal jeho spolužiak (parafrázovanie). Samozrejme okrem prvého“.

2. Precvičovanie argumentácie: „Vašou úlohou je povedať, čo najviac argumentov za váš variant a prípadne nájsť argumenty proti názorom ostatných strán. Nie je vaším cieľom dohodnúť sa, ale skúšať presvedčať druhých hľadáním nových a nových argumentov, prípadne snažiť sa vyvrátiť argumenty druhých.“

3. Precvičovanie skupinového rozhodovania: „Vašou úlohou je presvedčiť ostatných o vašej voľbe a dohodnúť sa na jednej možnosti.“

- Diskusia:**
1. Precvičovanie aktívneho počúvania – Ako vám išlo parafrázovanie druhých? Vedeli ste druhých pozorne počúvať, alebo ste mysleli skôr na to, čo sami poviete? Prečo je dôležité počúvať druhých, aj keď si myslíme niečo iné? Môžeme ľahšie presvedčiť druhých, ak im dáme najavo svoje porozumenie?
 2. Precvičovanie argumentácie – Aké argumenty ste našli, aby ste presvedčili druhých? Aké ďalšie by sa dali nájsť? Aké argumenty vás presvedčili, že ste zmenili názor? Aké by vás presvedčili? Na aké argumenty ľudia zvyknú reagovať?
 3. Precvičovanie skupinového rozhodovania – Akým spôsobom ste sa rozhodovali? Kto mal v skupine najväčší vplyv? Prečo ste sa dohodli? Čo vám bránilo v dohodnutí? Čo vám pomáhalo dohodnúť sa? Kebyže je to ozajstná situácia, dohodli by ste sa rovnako? Čo by bolo iné? Riešili ste v triede podobné skupinové rozhodovanie? Ako dopadlo? Prečo ste sa dohodli a prečo ste sa nedohodli?