

CO JE TO PODPORA (PODPŮRNÉ INTERAKCE ONLINE)?

Podpůrné interakce online mezi vrstevníky, my se zaměříme konkrétně na **poskytování podpory** ve smyslu komunikace, o které můžeme předpokládat, že u příjemce vyvolá pocit/přesvědčení, že někomu na něm záleží, je milován, vážen a oceňován, že někdo má o něj starost, je pro něj oporou, že mu někdo poskytne radu nebo užitečnou informaci, bude-li potřeba, pomůže mu, a také, že je součástí skupiny, s jejíž členy tráví čas a má společné plány.

!!! Pro každý typ podpory platí, že pokud výpověď v daném řádku nemá tento účel, neměla by být označená jako podpora. !!!

1. Informační podpora

Je obsahem řádku něco z následujícího:

| dávání rad | učení | zpětné vazba | předávání znalostí/informací/zkušeností, které druhý potřebuje a jsou mu nápomocné v řešení problému/pochopení situace, v které se ocitl |

- Z kontextu konverzace musí být zřejmé, že informace jsou pro příjemce **PODPOROU** v nějakém konkrétním jednání/akci/situaci | jsou nápomocné v řešení problému
- **POZOR!** Pokud po řádku obsahujícím informaci následuje “děkuji” (vyjádření vděku) -> je to informační podpora
- **POZOR!** Praktická informace - pokud si druhý vyžádal, pokud je z kontextu jasné, že ji potřeboval, že mu pomohla ANO, je to případ podpory informací.
- **INFORMAČNÍ PODPORA NENÍ:** | Mluvení “jen tak” o něčem co se událo, co někdo četl nebo ví | informace předávány v rámci praktické nebo organizační **DOMLUVY** (např. čas a místo schůzky, poskytování kontaktních údajů pro další komunikaci, praktické domluvy) | uspokojení něčí zvědavosti | ->
- **POZOR!** Anotujeme <PHOTO>, <VIDEO> a <URL> odkazy, které obsahují potřebnou informaci, musí následovat poděkování nebo předcházet vyžádání.
- **IP NENÍ:** pokyny/instrukce ve škole, ve skautu, od zadavatele apod. (**ALE** poskytování informací, které druhý potřebuje kvůli úkolům ve škole nebo skautu **ANO**)
- **IP NENÍ:** informace v rámci zákaznické podpory/komunikace s firmou nebo úřadem
- **IP NENÍ:** informace, které někdo potřebuje, aby mohl někoho podpořit, např. který úkol konkrétně má mu poslat

Příklad: | **dávání rad** | “nejsou ale to asi nemusíte ockovat a odcervovat, mely by byt v cajku”

Příklad: | **předávání znalostí, informací nebo zkušeností** | “ Do aj máš jenom ten talk + dneska se odevzdává ta matematika.”

Příklad: | **učení** | “To b) máš btw špatně. Minimálně postup, výsledek ještě nevím”

2. Emocionální podpora

Je obsahem řádku něco z následujícího:

EMPATIE/PEČE: -> | reakce na utrpení druhého: vyjádření soucitu/empatie/vcítění se | sdílení emoce/pocitu (nikoli názoru nebo soudu/hodnocení) | vyjádření ochoty naslouchat | vyjádření péče/starostlivosti o druhého/jeho pohodu a zdraví | vyjádření radosti z toho, že je druhý v pořádku/že se mu daří/že je zdrav

NÁKLONNOST/SYMPATIE: -> | vyjádření sympatie/lásky/naděje/radosti s budoucího/minulého setkání (nebo zklamání z nesetkání)/ ochoty se setkat | oslovení vyjadřující blízký citový vztah typu "broučku/lásko", apod. | vyjádření, že druhý je pro někoho důležitý | **vyjádření/projevení fyzické náklonnosti/potřeby fyzické blízkosti s účastníkem konverzace | vyjádření ochoty/potřeby/přání/souhlasu provozovat sex/sexuální praktiky/intimní sblížení s účastníkem konverzace | pojmenování sexuálních praktik/forem tělesného kontaktu/fyzické blízkost, které by účastník chtěl provozovat s druhým | přání**

POVZBUZENÍ: -> | uklidnění někoho, že vše bude v pořádku/dobrá | utěšení | hledání pozitiv na situaci druhého | povzbuzení (ve smyslu pomoci druhému cítit se sebevědomý a schopný v dané činnosti nebo situaci) | poskytnutí naděje/ujistění o úspěšnosti budoucího jednání

- EP není: obraty „Máš se?“ pro zahájení/udržení konverzace, mimo kontext starostlivosti, lásky | Vyjádření díky za pomoc
- PŘÁNÍ NENÍ | loučení typu "hezký večer" | "užij si"
- PŘÁNÍ JE: "ať se daří"
- Uklidnění/utěšení NENÍ: reakce na něčí omluvu
- Uklidnění/utěšení NENÍ: triviality: - "Co se řeší? - Dozvíš se všechno, neboj se"
- Uklidnění/utěšení JE: -"vůbec neumím kreslit" - "já taky ne"
- Pokud předchází tomu začlenění, "už se těším" JE EP
- PEČE o třetí osoby NE

Příklad: | **vyjádření soucitu/empatie/vcítění se/pochopení** |

Příklad: | **sdílení emoce/pocitu** |

Příklad: | **vyjádření péče/starostlivosti** | "Snad to Ti pomůže"

Příklad: | **povzbuzení** | "Je to mega ez"

Příklad: | **povzbuzení** | "Ester, moc mě mrzí, že ti to řekla. Hrozně moc :(Chci říct, že nemáš široké boky"

Příklad: | **poskytnutí naděje/ujistění o úspěšnosti budoucího jednání** | "Když budeš chtít, tak to vyjde 😊"

Příklad: | **vyjádření ochoty naslouchat** | "Copak se děje Ester?" / „Jak ti je?“

Příklad: | **vyjádření sympatie** | „Tebe miluju <3“ | „Mám Tě ráda“

Příklad: | **vyjádření radosti s budoucího setkání** | "Budu se těšit, až se uvidíme"

3. Začlenění

Jedná se podporu související s tím, že jedinec patří do nějakého kolektivu, přičemž platí že již 2 lidé jsou kolektiv. Je obsahem řádku něco z následujícího:

| pozvání/výzva k zapojení se k nějakému společnému plánu/aktivitě, včetně setkání/pokecu i online | oznámení druhému/ostatním budoucí společné aktivity | otázka, zda druhá osoba “někde bude” (“někde” musí být i ten, kdo se ptá) | podmínění svého zapojení/účasti zapojením konkrétního druhého | stvrzení podobnosti (ohledně společných vlastností)/sounáležitosti/společné minulosti/příslušnosti k dané skupině | oslovení stvrzující sounáležitosti typu “kamarádi” | informování, že se nějaká událost bude konat, myšleno jako pozvánka |

- I opakované výzvy jsou ZAČLENĚNÍ
- ZAČLENĚNÍ NENÍ: Diskuze o praktických/organizačních aspektech společného plánu/aktivit
- ZAČLENĚNÍ NENÍ: Odpověď na začlenění (“Jasně, jdu!”) | “Vtírání se” (“A se mnou počítáte?”)
- ZAČLENĚNÍ NENÍ: Hlášení/výzvy botů z online her (Lucinka právě odehrál(a)! Jste na řadě!) |
- ZAČLENĚNÍ neprobíhá v rámci intimních partnerských vztahů, NENÍ pokud je společná aktivita fyzický kontakt/blizkost/sex
- ZAČLENĚNÍ NENÍ: když řádek obsahuje otázky typu kdy? kam ? v kolik - praktické aspekty
- ZAČLENĚNÍ NENÍ: Fraze u loučení naznačující možné budoucí setkání/pokec typu “tak zas někdy”, “tak zdar dneska později možná”
- ZAČLENĚNÍ NENÍ: “chlape”, “pane” v jednotném čísle, ZAČLENĚNÍ JE: “chapi”, “pánové”
- ZAČLENĚNÍ JE: “Můžu přijít?” “Ano, přijď” [začlenění]
- POZOR: I v rámci her
- POZOR: pokud je činnost/aktivita součástí obecnější aktivity/plánu neanotujeme

Příklad: | **pozvání k skupině** |

Příklad: | **pozvání k zapojení se k nějaké společné aktivitě/plánu** | “Jdeme ten fortnite?”

Příklad: | **stvrzení podobnosti/sounáležitosti/ příslušnosti k dané skupině** |

Příklad: | **stvrzení společné minulosti** | “Vždycky když to slyším tak si vzpomenu na tebe”

4. Uznání

Je obsahem řádku něco z následujícího:

| pochvala/pozitivní hodnocení příjemce/jeho schopností/výkonu/majetku/vzhledu/vlastností/osobnosti/jednání/vkusu | vyjádření obdivu nebo respekt | ujištění ohledně správnosti uvažování/jednání/pocitu (ve smyslu práva na to, se určitým způsobem cítit, jednat) |

- UZNÁNÍ NENÍ: vyjádření díky za pomoc (ALE pokud obsahuje pozitivní hodnocení příjemce, tak ANO, viz Příklad)
- POZOR: komentování fotky NE (nevíme, co je objektem hodnocení), ALE komentování vzhledu na fotce ANO -> text stvrzuje, co je předmětem hodnocení
- UZNÁNÍ JE zprostředkované uznání taky
- UZNÁNÍ mazlíčků je taky uznání
- UZNÁNÍ NENÍ Pochvala třetích osob (např. rodinných příslušníků NE)

Příklad: | **pochvala/pozitivní hodnocení** | “Jsi dobrá”; “Vážím si toho, co pro mě děláš”

Příklad: | **ujištění ohledně správnosti uvažování/jednání** | “Myslím, že na to máš právo.”

Příklad: | **poděkování s uznáním** | “Děkuji, jsi zlatá!”

5. Nabídka pomoci

Je obsahem řádku něco z následujícího:

| nabídka/oznamení o poskytnutí pomoci/spoluúčasti s prováděním úkolu/činnosti/řešení situace/při dosažení nějakého cíle | nabídka/stvrzení udělení někomu laskavosti | neodmítnutí/souhlas s prováděním úkolu/činnosti/řešení situace/ poskytnutím pomoci někomu/půjčením/poskytnutím věci |

- Nabídka pomoci NENÍ: diskuze praktických aspektů pomoci/spoluúčasti, např. “měl bych Ti to poslat na email nebo msg??”
- Nabídka pomoci NENÍ: souhlas s vyříděním pozdravu
- Nabídka pomoci JE: oznámení o spoluúčasti s prováděním úkolu v minulém čase také
- POZOR: reakci v podobě neodmítnutí budeme anotovat jako NP, pokud nebude následovat explicitní přijetí výzvy k pomoci
- POZOR: pokud se souhlas opakuje, anotujeme všechny výskyty
- Nabídka pomoci JE: stvrzení možnosti obrátit se na daného člověka, bude-li potřeba, součástí může být uvedení/upřesnění kontaktu

Příklad: | **pomoc s prováděním úkolu** |

Příklad: | **nabídka pomoci** | “Až pojedu kolem ti pisnu a hodim ti ho”, “Kdyby něco, tak volej”