

KOMUNIKÁCIA HROU

Súbor hier na rozvoj komunikácie

Mgr. Dominika Angelovičová



komenského inštitút

REALIZUJE ŽIVICA

KOMUNIKÁCIA HROU

Pomôcka na rozvoj verbálnej a neverbálnej komunikácie
použiteľných nie len v policajnom vzdelávaní

Zostavil: Mgr. Dominika Angelovičová

REALIZÁCIU PROJEKTU PODPORIL



PARTNERI KOMENSKÉHO INŠTITÚTU



OBSAH

Úvod	4
------------	---

I. NEVERBÁLNA KOMUNIKÁCIA

Tlesk	5
Rad	6
Prsty	7
Palice	8
Dom a strom	9
Prekroč	10
Potiahni	11
Vyjadri emóciu vo vete	13
Popracuj na hlase!	14

II. VERBÁLNA KOMUNIKÁCIA

Kresba chrbtom	15
Farboslepí	16
Kresli ako počuješ	17
Reportáž	19
Hluchý telefón	21
Presvedčíš?	22
Ostrov blážnov	23
Pomaranče Ugli	25
Let balónom	26
Urob krok vpred	27
Stroskotanci	30
Záchranná akcia v jaskyni	31
Hrubý vrch	33
Krokodília rieka	34
Hovor so mnou, nech viem kto som!	35
Autobus	36
Vezmi si kolko chceš	37

Najkrajšie sekundy	38
Nájdi mincu	39
Kľúče	40
Cvičenie empatie	41
Sila otázky	44
Liek na AIDS	45
Rómeo a Júlia	47
Taktika pýtania sa	49
Lož	51
6 klobúkov myslenia	53
Tangram	55

III. SPOLUPRÁCA

Stavebná úloha	57
Zoom	58
Stretnutie so životom	59
Chvíľa na rozprávku - variant A	61
Chvíľa na rozprávku - variant B	62
Spoločný výlet	63
Lúpež v banke	65

IV. PRÍLOHY

Potiahni	67
Pomaranče Ugli	69
Let balónom	71
Urob krok vpred	73
Kresli ako počuješ	76
Stroskotanci	77
Záchraná akcia v jaskyni	79
Hrubý vrch	81
Krokodília rieka	83
Hovor so mnou, nech viem kto som!	84
Liek na AIDS	85
Tangram	86
Chvíľa na rozprávku - variant B	87



Text © Mgr. Dominika Angelovičová, 2021

Text neprešiel jazykovou korektúrou.

Fotografia na obale: Shutterstock

Grafické spracovanie © MLYA, 2021

ÚVOD

„Spôsob reči je odrazom ducha.“
Seneca

Dostáva sa vám do rúk metodický materiál, ktorý vznikol ako súčasť riešenia pedagogického projektu „Komunikácia hrou“ na Komenského inštitúte. Uvedený projekt som realizovala a aktivity z tejto pomôcky zbierala, vymýšľala a testovala na predmete etika a psychológia policajnej práce na Strednej odbornej škole Policajného zboru Košice, kde sa študenti vzdelávajú na pomaturitnom vzdelávaní. Teda primárnu cieľovou skupinou je vzorka dospelých ľudí. Využitie tohto zborníka aktivít sa teda ponúka aj do lektorských, či firemných vzdelávaní, teambuildingov a sociálno-psychologických výcvikov. Tieto aktivity je však možné realizovať aj s mladšími žiakmi na druhom stupni základnej školy či na strednej škole v predmetoch ako je psychológia, náuka o spoločnosti, etická výchova či triednická hodina, ale aj v každom predmete, kde je priestor na rozvoj komunikácie hravou, zážitkovou formou.

V tomto materiáli nájdete aktivity na rozvoj verbálnej a neverbálnej komunikácie, aktivity na posilňovanie tímov či triednych kolektívov, ale i takzvané „ice-breaker“ aktivity. Študenti si prostredníctvom nich môžu trénovať svoje prezentačné zručnosti, schopnosť spolupráce, riešenie konfliktov v rôznych situáciach a ponúka im priestor na vzájomné bližšie zoznámenie sa.

Pri každej z aktivít nájdete okrem iného aj rozpísaný jej postup, následné námety do diskusie, možné variácie a prípadne pôvodný zdroj, z ktorého bola aktivita čerpaná alebo inšpirovaná. V prílohách uvádzam pracovné listy, ktoré je možné pri aktivitách využiť.

Dúfam, že táto pomôcka bude pre vás inšpiráciou a realizované aktivity pre vašich žiakov zábavou, pri ktorej posilnia svoje silné stránky v komunikácii.

Mgr. Dominika Angelovičová
psychologička, učiteľka a lektorka

TLESK



Demonštrovať „silu“ neverbálnej komunikácie, ukázať študentom ako „sílná“ je informácia, ktorú vysielame neverbálne a nakoľko dokáže ovplyvniť správanie komunikačného partnera.



10 min.



Postup:

1. Zadáme inštrukciu: „*Budeme počítat raz-dva-tri a následne tleskneme rukami.*“ Dáme študentom pokyn, aby opakovali postup podľa učiteľa.
2. Počítame 1 - 2 - 3 - tlesk
3. Počítame 1 - 2 - tlesk - 3
4. Opakujeme počítanie 1 - 2 - tlesk - 3

Je predpoklad, že študenti budú tlieskať nie na verbálny pokyn, ale budú opakovat' tlesknutia podľa vizuálneho podnetu „nesprávne“.



Námety do diskusie:

Prečo väčšina na prvy/druhý pokus neuposlúchla pokyn a netleskla, až keď učiteľ napočítal do 3?

Použiteľnosť pri témach: neverbálna komunikácia, imitačné učenie.

RAD



CIEL'

Precvičiť si kódovanie a dekódovanie neverbálneho signálu.



20 min.



Postup:

1. Študentom zadáme inštrukciu, aby sa postavili do radu podľa dátumu narodenia, v smere od 1.1. po 31.12. bez použitia slov.
2. Po ukončení skontrolujeme či je rad správne.



Námety do diskusie:

Čo bolo náročné?

Aké prvky neverbálnej komunikácie ste využívali?

Čo vám pomohlo?

Použiteľnosť pri témach: znaky neverbálnej komunikácie, rozohrievačka na zoznamovanie, tímová práca, sociálne skupiny.

PRSTY



CIEL'

Naučiť sa pracovať s mocou. Prežiť skúsenosť vedenia ľudí a tiež, pocit byť vedený, neverbálnym spôsobom.



30 min.



Postup:

1. Študentov rozdelíme do dvojíc. V dvojiciach určíme kto je jednotka a kto dvojka. Vysvetlíme študentom, že za určený časový limit (ktorý im ohraničíme zvukom napr. zvončeka) budú plniť úlohu.
2. V prvom kole jednotky spoja tri prsty a dvojky musia mať oči do vzdialenosťi cca jeden meter a pohľadom nasledovať prsty jednotky. Za určený čas, nesmú vzdialenosť prstov jednotky a očí dvojky meniť.
3. V druhom kole si úlohy vymenia.



Námety do diskusie:

Aké ste mali pocity, keď ste boli v úlohe jednotky a aké keď ste boli v úlohe dvojky?

Mali ste potrebu „vrátiť“ jednotke prípadné nepríjemné pokyny, ktoré ste vy v úlohe dvojky museli absolvovaliť?

Aké pocity vo vás vyvolávala situácia, keď ste museli urobiť nejaký nepríjemný pohyb?

Ako ste sa cítili v pozícii jednotky? Užívali ste si to?

Použiteľnosť pri témach: práca s mocou, sociálne skupiny, neverbálna komunikácia, tímová spolupráca.

PALICE



CIEĽ

Rozvíjať schopnosť spolupráce, neverbálnej komunikácie v skupine a schopnosti prispôsobiť sa skupine.



45 min.



min. 4 kusy drevených palíc (najlepšie bambusových),
dlhých cca 1 meter



Postup:

1. Postavíme študentov do dvoch radov naproti sebe tak, aby sa všetci mohli dotýkať palice. Počet hráčov závisí od dĺžky palice, prípade rozdelíme študentov do menších skupín a každá skupina dostane svoju palicu.
2. Všetci študenti dajú ruky pred seba a spoja palce s ukazovákmami (vytvoria „štipku“) smerom hore.
3. Učiteľ položí študentom bambusovú palicu vodorovne na prsty a dá im inštrukciu, aby všetci spoločne uchopili palicu prstami (nie dlaňami).
4. Úlohou tímu je položiť palicu bez pádu na zem, ale nikto zo študentov nesmie palicu pridržovať.



Námety do diskusie:

Ako sa vám darilo úlohu plniť?

Čo bolo náročné?

Vďaka čomu sa vám podarilo úlohu nakoniec splniť?

Bolo náročné „naladit“ sa na ostatných členov tímu?

Použiteľnosť pri témach: sociálne skupiny, neverbálna komunikácia, riešenie konfliktov, budovanie tímovej spolupráce.

DOM A STROM



CIEL'

Uvedomiť si dominanciu resp. submisivitu v komunikačných vzťahoch.



15 min.



papier, ceruzka



Postup:

1. Študentov rozdelíme do dvojíc, jeden z dvojice odchádza za dvere a čaká na inštrukciu.
2. Študentom v triede zadáme inštrukciu, aby chytili do ruky ceruzku a ich úlohou bude spoločne so spolužiakom jednou ceruzou nakresliť dom tak, že počas kreslenia sa nesmú rozprávať a v každom momente musia obaja držať ceruzku.
3. Študentom, ktorí nie sú v triede, zadáme podobnú inštrukciu, kde podmienky sú rovnaké, ale majú nakresliť strom.
4. Pozorujeme proces kreslenia a následne obrázky odprezentujeme triede.



Námety do diskusie:

- Čo ste prežívali pri kreslení?
Kto z dvojice ustúpil, kto viedol?
Akú ste zvolili stratégiu?



Variácie úlohy:

Cvičenie môžeme opakovat' tak, aby obe skupiny dostali rovnakú inštrukciu a výsledky následne porovnávať'.

Použiteľnosť pri témach: asertivita, riešenie konfliktov, neverbálna komunikácia, spolupráca, osobnostný rozvoj.

PREKROČ



CIEĽ

Uvedomiť si svoju rolu v triede a schopnosť presvedčiť argumentmi, trénovať schopnosť spolupráce a eliminovať súperenie.



15 min.



krieda



Postup:

1. Študentov rozdelíme na dve skupiny.

2. Medzi skupinami vyznačíme na zemi čiaru a nezávisle od seba dostanú skupiny inštrukciu: „Vašou úlohou je v časovom limite 5 minút, presvedčiť druhú skupinu, aby prešla za vyznačenú čiaru. Chcete vyhrať, a hra je ukončená, až keď vaši spolužiaci prekročia na vašu stranu.“ (bez fyzického násilia)

3. Študenti nevedia, že majú rovnaké zadanie, keď nastane situácia, že to odhalia, pozorujte aké stratégie využijú na riešenie.



Námy do diskusie:

Čo boli príčiny úspechu/neúspechu?

Aká bola komunikácia s druhou skupinou?

Kto viedol „diskusiu“?

Kooperovali ste alebo ste súperili?

Aké stratégie ste využili na riešenia úlohy?

V prípade, že odhalia rovnakost zadania: Prečo sa úlohu podarilo/nepodarilo splniť, aj keď ste odhalili jej princíp?

Použiteľnosť pri témach: konflikty, riešenie konfliktov, spolupráca, asertivita, agresivita, sociálne skupiny, argumentácia.



POTIAHNI



CIEL'

Rozvíjať komunikačné zručnosti, prejav, trénovať neverbálne vystúpanie, dávanie a prijímanie späťnej väzby, podporovať vzťahy a vzájomné spoznávanie v skupine.



5 min.



komunikačné kartičky (možnosť zakúpiť rôzne sady komunikačných kartičiek, prípadne si vytvoriť vlastné), príloha na str. 67



Postup:

1. Úlohou študenta je vytiahnuť si kartičku s komunikačnou téμou a 2 minúty nepretržite „rozprávať“ na zadanú tému.
2. Trieda počas prejavu hodnotí verbálnu a neverbálnu komunikáciu spolužiaka a poskytuje mu konštruktívnu spätnú väzbu na jeho prejav.



Námety do diskusie:

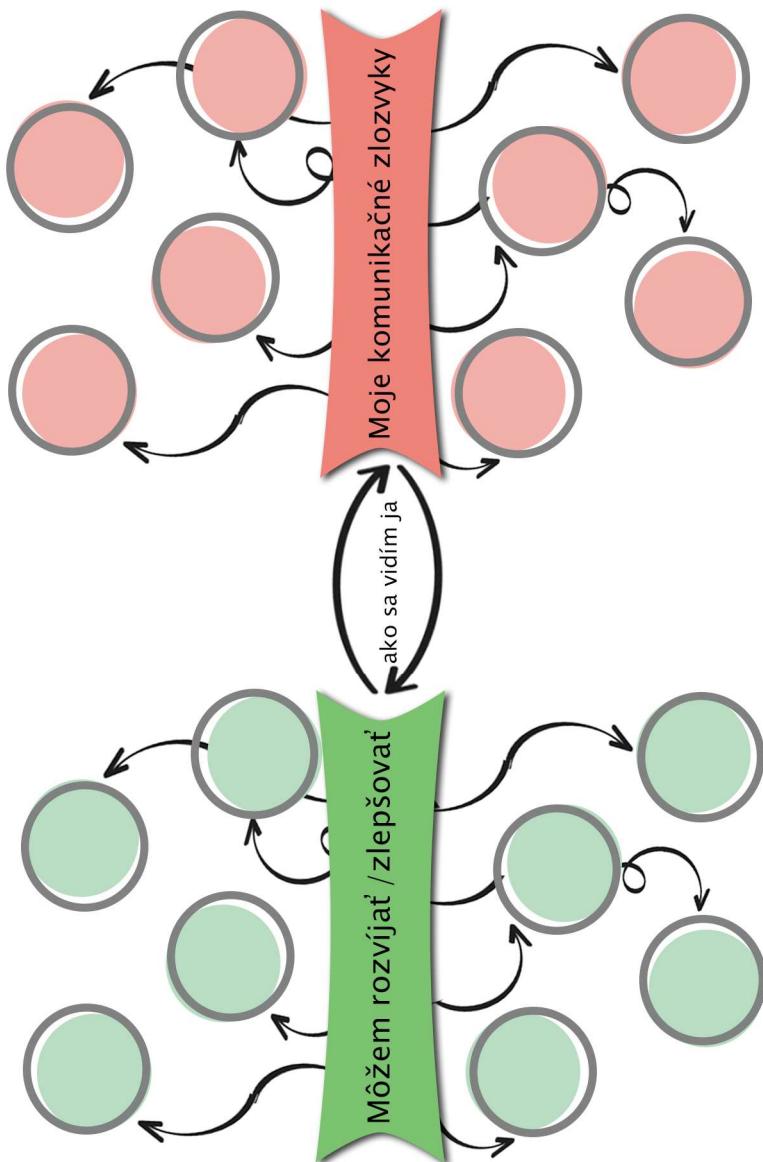
Sústredíme sa na usmerňovanie späťnej väzby konštruktívne a podporujeme študentov, aby podporovali komunikačné zručnosti, ktoré sú ich silnou stránkou.



Variácie úlohy:

Túto aktivitu je možné opakovať niekolkokrát počas štúdia a pozorovať zmeny. Ak je vytvorený časový priestor, študent dostane na začiatku štúdia pracovný list (vid' príloha na str. 67), kde si zaznamenáva spätnú väzbu a vlastné sebahodnotenie komunikačných zručností.

Použiteľnosť pri témach: komunikačné zručnosti, neverbálna komunikácia, spätná väzba.



VYJADRI EMÓCIU VO VETE



CIEĽ

Precvičiť kódovanie a dekódovanie emócie vo verbálnej komunikácii.



15 min.



kartičky s inštrukciami



Postup:

1. Študentov rozdelíme do skupín. Každá skupina dostane sériu kartičiek, na ktorých je napísaná veta, ktorú majú vyslovit' a tiež emócia, ktorú majú hlasom vyjadriť.
2. Jeden študent zo skupiny si vyberie kartičku a jeho úlohou je prečítať vetu uvedenú na kartičke s príslušnou emóciou. Ostatní členovia skupiny majú za úlohu uvedenú emóciu správne identifikovať.
3. Cvičenie opakujeme tak, aby sa vystriedali všetci členovia skupiny.
4. Príklady viet a emócií:
 - a. „Nikdy na to nezabudnem.“
(s vdľenosťou, s odporom, s obdivom, s hnevom)
 - b. “Rozumel si mi?”
(s vdľenosťou, s odporom, s obdivom, s hnevom)
 - c. „Nemôžem tu zostať.“
(s vdľenosťou, s odporom, s obdivom, s hnevom)



Námety do diskusie:

Bolo náročné vyjadriť emóciu v jednej vete?

Bolo náročné odhaliť emóciu z jednej vety?

Použiteľnosť pri témach: empatia, neverbálna komunikácia, verbálna komunikácia, rétorika.

POPRACUJ NA HLASE!



CIEL'

Séria cvičení s cieľom vyskúšať si silu vlastného hlasu a kolko energie je potrebné na to, aby sme upútali výzvou pozornosť druhého človeka v bežnom šume, zlepšiť výslovnosť prostredníctvom artikulačných cvičení.



20 min.



kartičky s inštrukciami



Postup:

1. Cvičenie „Sound Engineer“. Študentom zadáme inštrukciu: „Ohnite ľavú dlanť v tvare mušle a položte ju na ľavé ucho. Pravú dlanť si položte vo vzdialosti 3 - 5 cm od úst. Hovorte 5x za sebou („Budťe taký láskový, vráťte sa a posadťte sa.“). Takto vnímajú ostatní váš hlas“.
2. Následne vyzveme jedného študenta, aby prišiel pred skupinu, jeho úlohou bude prečítať inštrukciu. Ostatných študentov vyzveme, aby si dlaňami prekryli uši a sklonili hlavu (tak, aby nevideli na dobrovoľníka pred triedou).
3. Študent vpredu číta inštrukcie, napr:
 - a. „Adam dvihni pravú ruku.“
 - b. „Predseda triedy, postav sa.“
 - c. „Všetky dievčatá zodvihnu obe ruky.“
4. Dobrovoľníkov, môžeme prestriedať. V prípade, že sú pokyny splnené po prvom prečítaní, môžeme situáciu stážiť tým, že študentom k zakrytým ušiam pridáme aj inštrukciu, aby si v tichosti „hmkali“ alebo vyslovovali vopred zadanú vetu.



Námety do diskusie:

Bolo náročné odhadnúť silu hlasu, ktorou ste museli inštrukcie vyslovovať?

Čo vás pri tomto cvičení prekvapilo?

Použiteľnosť pri témach: neverbálna komunikácia, artikulačné, rétorické cvičenia.

KRESBA CHRBTOM



CIEL'

Zlepšiť verbálny popis vecí a zadávanie inštrukcií, poukázať na rolu interpretovania priatej informácie.



15 min.



obrázky, papier, pero



Postup:

1. Študentov rozdelíme do dvojíc, každá dvojica si sadne chrbtom k sebe.
2. Jeden z dvojice má obrázok, druhý z dvojice má papier a pero.
3. Člen dvojice, ktorý má obrázok popisuje obrázok čo najlepšie, ale bez prezradenia toho, čo je na obrázku.
4. Člen, ktorý má pero a papier kreslí, čo mu druhý člen popisuje. Potom si roly vymenia.



Námety do diskusie:

Ako ste sa cítili vo svojej pozícii?

Podobá sa obrázok so svojou kópiou?

Čo ste potrebovali viac počuť, keď ste boli v pozícii kresliaceho?

Ako ste sa cítili v role zadávateľa pokynov?

Použitelnosť pri témach: komunikácia, konflikty, efektívna komunikácia.



FARBOSLEPÍ



CIEL

Trénovať efektívnu verbálnu komunikáciu, zadávanie pokynov, dodržiavanie pravidiel.



45 min.



kocky, magnetické písmenka, lego duplo stavebnica - potrebujeme sériu podnetového materiálu, napríklad rad magnetických samohlások dvoch farieb, kde zo súboru odstráname dva diely (teda pre 6-člennú skupinu potrebujeme 8 dielov podnetového materiálu).



Postup:

1. Študentov rozdelíme do skupín po 6 a každý tím dostane jeden súbor podnetového materiálu.

2. Tím musí dospiet' ku konsenzu ohľadne tvaru a farby dvoch chýbajúcich dielov, ktoré učiteľ odstránil zo súboru.

3. Tímy sedia v kruhu a všetci majú zaviazané oči. Zadáme im inštrukciu, že dva kúsky zo súboru boli odstránené a úlohou tímu je určiť farbu a tvar dvoch chýbajúcich dielov.

4. Pravidlá hry: študenti nesmú medzi sebou diely vymieňať, podávať alebo fyzicky akokoľvek medzi sebou zdielať. Učiteľ odpovie iba na jednu otázku ohľadne farby každého kúsku.



Námety do diskusie:

Aké stratégie ste použili na vyriešenie zadanej úlohy?
Nasleduje reflexia priebehu riešenia.

Použitelnosť pri témach: verbálna komunikácia, jasný a presný verbálny popis, riešenie konfliktov.



KRESLI AKO POČUJEŠ



CIEL'

Prostredníctvom zážitku ukázať študentom ako kriticky nazeráť na prezentované informácie v situácii jednosmernej alebo obojsmernej komunikácie.



15 min.



príloha na str. 76



Postup I. časť:

1. Jedného poslucháča inštruuujeme, aby svojim spolužiakom popísal obrázok, ktorý vidí.
2. Ostatní poslucháči majú kresliť presne to, čo počujú v inštrukcii bez možnosti sa pýtať.
3. Po dokončení obrázku necháme krátke priestor na predstavenie obrázkov a krátku diskusiu.



Námety do diskusie:

Nakolko sa približuje vaša kresba k originálu?

V ktorých častiach opisu kresby nastalo skreslenie?

Mali ste nejaký problém s porozumením informácií od opisujúceho? Aký a prečo?

Čo Vám v opise chýbalo? Chýbalo vám, keď ste sa nemohli pýtať počas opisu obrázka?

Ako sa môžeme brániť proti skresľovaniu informácií?



Postup II. časti:

1. V druhej časti cvičenia tomu istému poslucháčovi dáme iný obrázok a zadáme inštrukciu, aby opäť čo najpresnejšie popísal obrázok, ktorý vidí s tým, že spolužiaci sa ho smú dopytovať otázky, ktoré potrebujú na to, aby obrázok nakreslili.
2. Po dokončení opäť necháme priestor na krátku diskusiu o tom, prečo je to tento raz jednoduchšie.



Námety do diskusie:

Nakoľko sa približuje vaša kresba z druhej situácie k originálu?
Bola v porovnaní s prvou situáciou lepšia/horšia? Prečo?
V ktorých častiach opisu kresby nastalo skreslenie?
Mali ste nejaký problém s porozumením informácií od opisujúceho? Aký a prečo?
Čo vám v opise chýbalo? Pomohlo vám, keď ste sa mohli pýtať?
Boli opisované informácie z vášho pohľadu úplné?

Použiteľnosť pri témach: verbálna komunikácia, riešenie konfliktov, asertivita, tréning komunikačných zručností, SPV.

REPORTÁŽ



CIEL'

Skúmať vlastné predpoklady a spoločenské predsudky,
trénoval' neverbálnu komunikáciu a spätnú väzbu.



45 min.



Postup:

1. Z triedy si zvolíme reportérov (závisí od veľkosti skupiny, najlepšie na skupinu 10 študentov ako reprezentantov krajinu, jeden až dva reportéri, medzi reportérmi má byť zastúpená aj žena aj muž), prípadne rozdelíme triedu na skupiny a vytvoríme dostatok priestoru na komunikáciu.

2. V osobitnej miestnosti určíme reportérom ich úlohou. Vysvetlíme im, že sú reportérmi, ktorí dostali za úlohu navštíviť novú krajinu a napísat' o nej reportáz, o jej jazyku, zvykoch, sviatkoch, strave, postavení a roly ženy a muža v spoločnosti o vláde a pod. Ich úlohou je sa pýtať a získať odpovede na otázky tak, aby o tom dokázali napísat' reportáz.

3. V inej miestnosti inštruuujeme „príslušníkov“ danej krajinu, že je dôležité, aby dodržiavalí pravidlá svojej „krajiny“, ktoré sú:

→ Ak sa muž prihovorí žene, ktorú nepozná, označuje sa to za hrubosť.

→ Ak sa žena prihovorí mužovi, ktorého nepozná a začne sa s ním rozprávať, je najlepšie ak ju muž bude ignorovať a tým ju zbaví tráplnosti, ktorej sa sama vystavuje.

→ Ak sa ten, kto sa s vami rozpráva, usmieva, chce dostať pozitívnu odpoved', tak odpoviete „ÁNO“, nezáleží na tom aká je otázka, ak sa usmieva odpovedáte „áno“.

→ Ak sa ten, kto sa s vami rozpráva, neusmieva, je veľmi vážny, chce počuť zápornú odpoved'. Chce, aby ste sa zamysleli a potom odpovedali „NIE“.



→ Jediná odpoved', ktorú dáte reportérovi je teda „áno“ alebo „nie“ alebo mlčanie, ak je to žena, ktorá sa snaží prihovoriť mužovi. Iné odpovede neexistujú.

4. Inštrukcia: „Obzvlášť dávajte pozor na dodržiavanie pravidiel o ženách a mužoch, ste totiž starostlivá spoločnosť a nechcete nikoho urazíť.“
5. Nechajte reportérom 15 minút na otázky, prípadne ich povzbud'te ak sú frustrovaní.
6. Následne sa vedie diskusia na čo prišli reportéri o danej krajine. Ak na pravidlá neprídu, nechajte obyvateľov krajinu povedať o svojich „zvykoch“.



Námety do diskusie:

Aká taktika fungovala reportérom pri získavaní informácií?

Ako sa cítili reportéri?

Ako sa cítili členovia „krajiny“?

Ako to vyzerá v reálnom živote? Existuje podobnosť?

Použiteľnosť pri témach: stereotypy, sociálne skupiny, sociológia, migranti, etnické skupiny, predsudky, neverbálna komunikácia, spätná väzba.



HLUCHÝ TELEFÓN



CIEL'

Poukázať na skreslenia v informácii, ktorá je podávaná, a na princíp kódovania a dekódovania informácií.



10 min.



Postup:

1. Za dvere odchádzajú 4 študenti, jeden študent ostáva v triede a prečítame mu krátke text (text by mal obsahovať najmä faktické informácie, údaje o čase, počtoch prípadne pokynoch ako sa niekde dostanú a pod.).
2. Úlohou študenta je prerozprávať vypočutý príbeh ďalšiemu a ten ďalšiemu študentovi, až kým sa nedostaneme k poslednému štvrtému, ktorý príbeh nakoniec prerozpráva spolužiakom.
3. Nakoniec zúčastneným študentom prečítame pôvodný a text porovnáme ho s nimi zdelenou verziou.



Námety do diskusie:

- V čom sa líšil prvý príbeh od posledného?
- V ktorých informáciách dochádza k najväčšiemu skresleniu?
- Ktoré údaje si máme tendenciu ľahšie zapamätať?
- Ako dotvárame text o vlastný príbeh, vlastnú projekciu?

Použiteľnosť pri témach: komunikácia, kognitívne procesy, pamäť, skupinová práca.



PRESVEDČÍŠ?



CIEĽ

Pochopit' rozdiely medzi jednotlivými spôsobmi myšlenia a porozumieť spôsobu ako na veci nazeráme každý individuálnym spôsobom, zo svojho uhla pohľadu.



20 min.



výkres dvojfarebný (z každej strany iná farba), výkres s číslicou 6



Postup:

1. Vyzveme študenta na realizovanie modelovej situácie a ukážeme mu papier, ktorý je z jednej strany ružový a z druhej strany sivý tak, aby poslucháč videl, iba jednu farbu.
2. Požiadame ho, aby popísal čo vidí a následne dialóg viedieme ku konfliktnej situácii, kde sa snažíme poukázať na to, že to nie je v poriadku, že vidí túto farbu, lebo to nie je pravda.
3. Situáciu opakujeme s iným poslucháčom, rovnakým postupom, akurát sa pýtame na číslo 6 resp. 9 napísané na papieri.



Námety do diskusie:

Diskusiu zameriavame na to, že každý vidíme problém zo svojho uhla pohľadu a pokial' nebudeme kriticky nazerátať na to, že nie len môj uhol je správny, budeme sa dostávať do neriešiteľných konfliktných situácií.

Použiteľnosť pri témach: verbálna komunikácia, asertivita, riešenie konfliktov, konštruktívna spätná väzba.

OSTROV BLÁZNOV



CIEL'

Uvedomiť si nefunkčnosť manipulačných techník a prakticky prežiť techniky asertívneho správania, pochopiť motiváciu človeka z rôznych uhlov pohľadu.



45 min.



Postup:

1. Skupina sa rozdelí na dve polovice. Inštrukcie dostanú tak, aby ich navzájom nepočuli.
2. Inštrukcia pre skupinu 1: „*Predstavte si, že ste deti na opustenom ostrove, môžete robiť čo chcete, hrať sa, ako a s kým chcete, môžete sa rozhodnúť, či ste zdraví alebo chorí. Vašou jednou povinnosťou je nenechať si od nikoho za žiadnu cenu pomôcť.*“
3. Inštrukcia pre skupinu 2: „*Ocitli ste sa na ostrove, kde je iba piesok a horúce slnko. Na tomto ostrove sa nachádzajú ľudia, ktorí už dlho nepili a umierajú smädom. Mnohí z nich už majú pozmenené vnímanie a už nie sú schopní rozoznať, čo je pre nich dobré a čo nie je užitočné. Vašou úlohou je im za každú cenu pomôcť.*“
4. Po zadaní inštrukcií skupiny vyzveme k vzájomnému kontaktu, ktorý obmedzíme na 10-15 minút.
5. Po uplynutí tejto doby odhalíme pred členmi oboch skupín, aké boli ich inštrukcie a nasleduje diskusia o spôsoboch, ako sa skupinám darilo alebo nedarilo a aké spôsoby riešenia používali.



Námet do diskusie:

- Ako sa vám darilo/nedarilo úlohu plniť?
- Aké spôsoby riešenia ste využívali?
- Ako ste sa cítili?
- Čo vám bolo príjemné a čo nie?
- Ak ste podľahli, ako sa to druhej strane podarilo?
- Používajú ľudia podobný spôsob komunikácie aj v bežnom živote?

Použiteľnosť pri témach: stereotypy, sociálne skupiny, sociológia, asertivita, etnické skupiny, predsudky, neverbálna komunikácia, spätná väzba.



POMARANČE UGLI



CIEL'

Cieľom psychohry je dospiť ku kritickému myšleniu a kooperatívному riešeniu problému spoločnou diskusiou a argumentáciou.



30 min.



príloha na str. 69



Postup:

1. Poslucháčov rozdelíme do dvoch skupín. Každej skupine rozdáme vytlačený popis ich roly (príloha) a zadáme inštrukciu, aby si materiál prečítali.
2. Administrátor hry (vyučujúci) drží v ruke pomaranče a predstaví sa ako pán R. H. Cardoza, juhoamerický vývozca a pestovateľ vzácnej odrody pomarančov Ugli.
3. Úlohou skupín je argumentáciou presvedčiť druhú skupinu, že by mali získať pomaranče práve oni.
4. Výsledkom by malo byť, že pomaranč môžu použiť obe skupiny, jedna dužinu a druhá kôru (princíp hry študentom neprezrádzame).



Námety do diskusie:

Ktoré argumenty druhej skupiny boli najpresvedčivejšie?

Čo bolo podnetom, že ste prišli na to, že obe skupiny môžu kooperovať a zároveň splnia svoju úlohu?



Reflexia:

Ako ste sa počas danej hry cítili?

Aké spôsoby riešenia konfliktu ste využili vo svojej skupine?

Ktoré spôsoby riešenia boli efektívne a ktoré neefektívne? Prečo?

Použiteľnosť pri témach: riešenie konfliktov, argumentácia, aktívne počúvanie.

LET BALÓNOM



CIEL'

Cieľom psychohry je dospiť ku kritickému myšleniu a kooperatívному riešeniu problému spoločnou diskusiou a argumentáciou.



45 min.



príloha na str. 71



Postup:

1. Poslucháči sa rozdelia do štvoríc, ktoré predstavujú jednotlivé osobnosti sediace v balóne. Balón je však pretážený a cestujúci majú jedinú šancu na prežitie jedine ak do 5 minút niekoho obetujú.
2. Úlohou každého človeka je presvedčiť ho, prečo by nemal byť obetovaný. Použiť k presvedčovaniu môže hocičo.



Námety do diskusie:

Kto bol obetovaný a prečo?

Obetoval sa niekto dobrovoľne a prečo?

Spikla sa skupina proti niekomu ihned?

Ako ste presvedčovali ostatných?



Reflexia:

Ako ste sa počas danej hry cítili?

Aké spôsoby riešenia konfliktu ste využili vo svojej skupine?

Ktoré spôsoby riešenia boli efektívne a ktoré neefektívne? Prečo?

Ktoré argumenty druhej skupiny boli najpresvedčivejšie?

Čo bolo podnetom, že ste prišli na to, že obe skupiny môžu kooperovať a zároveň splnia svoju úlohu?

Použiteľnosť pri témach: agresia, agresívne správanie, asertivita, predsudky, riešenie konfliktov.



Inspirované podľa: Kolařík, M. Interaktívny psychologický výcvik pro praxi. Praha: Grada, 2019.

UROB KROK VPRED



CIEĽ

Trénovať vyjadrenie empatie voči ľuďom, ktorí sa nejakým spôsobom odlišujú, identifikovať existujúcu nerovnosť príležitostí v spoločnosti, prezentovať možné dôsledky príslušnosti k určitej sociálnej menšine alebo kultúrnej skupine.



90 - 120 min.



príloha na str. 73



Postup:

1. Požiadame účastníkov, aby si vypočuli úvodné pokyny. Každý účastník si vyžrebuje jednu kartičku s predpísanou rolou. Upozorníme ich, aby si kartičku prečítali a nikomu neprezradili jej obsah. V úvode aktivity, keď sa účastníci budú musieť vziať do svojej roly, môžu namietat, že majú príliš málo vedomostí o informácií o postavení a situácii osoby, ktorú by mali stvárať. Ubezpečíme ich, že to nie je najdôležitejšia záležitosť, a povzbudíme ich, aby výrazne využívali svoju fantáziu.

2. V tejto fáze námetu sa študenti snažia o stotožnenie s rolou, ktorú si náhodne vybrali. Zatiaľ medzi sebou študenti nekomunikujú, sami zvažujú svoje postavenie, situáciu, vízie do budúcnosti a pod. Túto ich snahu učiteľ podporí prostredníctvom otázok, ktoré číta pomaly a s výraznými pauzami, aby mali dostatočný čas na zamyslenie a vytvorenie čo najvernejšej predstavy života v role, ktorú majú napísanú na kartičke:

→ Aké bolo vaše detstvo? V akom dome ste bývali? Aké hry ste sa hrali? Akú prácu vykonávali vaši rodičia? Aká bola situácia vo vašej krajine?

→ Aký je váš každodenný život dnes? Kde sa stretávate s ľuďmi? Čo robievate do obedu, poobede a večer?

→ Aký je váš životný štýl? Kde bývate? Aká je vaša ekonomická situácia? Čo robievate vo voľnom čase? Čo robíte na dovolenke?



→ Čo vás teší a z čoho máte strach? Aké máte vízie do budúcnosti? Aké krátkodobé a dlhodobé ciele by ste si stanovili do ďalšieho života?

3. Po tejto časti ich vyzveme, aby sa v absolútnej tichosti zoradili do radu vedľa seba, ako keby sa pripravovali na štart. Zároveň študentov upozorníme, že vždy, keď na prečítaný výrok môžu odpovedať ÁNO, spravia krok vpred. V opačnom prípade, ak je ich odpoveď negatívna, musia zostať stáť na svojom mieste. Uistíme sa, či sú žiakom jasné pravidlá.

4. Učiteľ začne čítať situácie zo zoznamu situácií a udalostí (príloha). Čítanie musí byť výrazné a dostatočne hlasné, najmä ak aktivita bude prebiehať v otvorenom priestore. Po uvedení každej otázky je potrebná dostatočná pauza, aby študenti najskôr mohli pouvažovať, rozhodnúť sa, vykročiť vpred (ak sa tak rozhodnú) a potom aj poobzerať sa okolo seba, aby si uvedomili vlastnú polohu v porovnaní s ostatnými.

5. Po poslednej otázke účastníkov učiteľ požiada, aby si každý uvedomil svoju konečnú pozíciu. Prejde k spoločnej analýze. Dôležitou požiadavkou efektívneho rozboru je, aby nadľaží žiaci ostali stáť na mieste, keď odznala posledná otázka. Neskôr učiteľ vyzve každého zvlášť, aby nahlas povedal, v akej role vystupoval. Opýta sa, čo sa dialo v ich vnútri počas aktivity a aký z nej majú pocit.



Námet do diskusie:

Následná diskusia už bude prebiehať v diskusnom kruhu. V tejto fáze je nevyhnutné najskôr nechat' všetkým študentom priestor na vyjadrenie postrehov, názorov a zážitkov vyplývajúcich z tejto aktivity. Môžu zadávať otázky svojim spolužiakom, vymieňať si dojmy a informovať sa navzájom o ich rolách a skutočnostiach, ktoré s nimi súvisia. Študenti verbalizujú, čo nové sa prostredníctvom tohto námetu naučili.

UROB KROK VPRED



Akým spôsobom možno korigovať ich život? Uvedťte niekoľko vlastných návrhov.

Aké povinnosti by mali splniť, aby ich život bol plnohodnotný?
Pomenujte zodpovednosť týchto ľudí za svoj osud.

Verbalizujte zodpovednosť komunity, v ktorej sa pohybuje, za tohto človeka.

Približte zodpovednosť štátu a vlády za tohto človeka.

Bolo ľahké/ t'ažké vcítiť sa do prežívania inej osoby? Kto to nedokázal vôbec a prečo?

Bola medzi vami bola taká rola, o ktorej neviete skoro nič? Ak áno, tak ktorá, a kde môžete hľadať zdroje informácií?

Prečo je dobré, aby sme poznali a chápali význam rôznorodosti sociálnych skupín, kde všade pri svojej práci sa s nimi môžete stretnúť?

Ak by sa niekto mal vcítiť do vašej pozície/ role, ktorá je tou najdôležitejšou vo vašom terajšom živote, a v čom sa jej napĺňanie líši od väčšiny obyvateľstva?

Použiteľnosť pri témach: migrácia, stereotypy, sociálne skupiny, predsudky.



STROSKOTANCI



CIEĽ

Vediet' sa dohodnúť, posúdiť situáciu a riešiť nedorozumenia.



45 min.



príloha na str. 77, písacie potreby



Postup:

1. Každý z hráčov/hráčok si vytvorí svoje vlastné poradie dôležitosti vecí, ktoré si so sebou môže vziať pri úniku z potápajúcej sa lode.
2. Keď sú všetci hotovi, vytvoríme menšie skupinky a úlohu hráči/hráčky zopakujú v rámci jednotlivých skupín. Mali by sa pokúsiť aj zdôvodniť, prečo jednotlivé veci zoradili v tomto poradí.
3. Zoznam potom porovnávame so zoznamom odporúčaným americkým námorníctvom.



Námety do diskusie:

Bola dohoda jednoduchá?

Podriadili sa všetci jednému - veliteľovi, presadzoval každý svoj názor, alebo sú schopní sa dohodnúť?

Dokázal každý pristúpiť na spoločné rozhodnutie, aj keď nemal totožný názor?

Použiteľnosť pri témach: asertivita, riešenie konfliktov, sociálne skupiny, komunikácia.



Inšpirované podľa: Sabová, L. Konflikty, agresia, šikanovanie. In: Lemešová, M. (zost.):

Psychológia zážitkom. 2. preprac. a dopl. vyd. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, 2017.

ZÁCHRANNÁ AKCIA V JASKYNI



CIEĽ

Cieľom psychohry je dospiť ku kritickému myšleniu a kooperatívному riešeniu problému spoločnou diskusiou a argumentáciou.



45 min.



príloha na str. 79



Postup:

1. Študentov rozdelíme do skupín po 6.

2. Študentom zadáme inštrukciu: „Vašu výskumnú skupinu požiadali, aby prevzala úlohu komisie pre riadenie výskumu, financujúcej projekty, týkajúce sa ľudského správania sa v uzavretých priestoroch. Pozvali vás na schôdzku zvolanú v stave pohotovosti, pretože jeden z experimentov sa nevydaril. Šest dobrovoľníkov zatvorili do jaskynej sústavy vo vzdialenej oblasti krajiny. Vysielačkou boli spojení s výskumným štábom pri vchode do jaskyne. Dobrovoľníci mali stráviť pod zemou štyri dni, ale pre padajúce kamene a stúpajúcu vodu ich v jaskyni zavalilo. Jediná záchranná čata, ktorá je k dispozícii vám povedala, že záchranná akcia bude nesmierne zložitá a pomocou zariadenia, ktoré majú, budú môcť vytiahnuť len jednu osobu za hodinu. Pretože voda stúpa je pravdepodobné, že niektorí dobrovoľníci sa utopia skôr, ako ich bude možné zachrániť. Dobrovoľníci sú si vedomí nebezpečenstva, ktoré im hrozí, pomocou vysielačky sa spojili s výskumným štábom a vyhlásili, že nie sú ochotní rozhodovať o svojom poradí pri záchrane. Podľa podmienok projektu, zodpovednosť za toto rozhodnutie teraz spočíva na komisii. Záchranné zariadenie bude o 50 minút pri vchode do jaskyne a vy budete musieť dat záchrannej čate zoznam s poradím dobrovoľníkov. K dispozícii máte informácie z archívu projektu a to sú hárky s osobnými údajmi dobrovoľníkov“



(príloha). Môžete použiť akékolvek kritéria, o ktorých si myslíte, že vám môžu pomôcť pri rozhodovaní sa.“

3. Necháme študentom čas na diskusiu a rozhodovanie, neskôr rozoberieme ich zoznamy a dôvody prečo sa tak rozhodovali.



Námety do diskusie:

Aký je váš rebríček osôb?

Ako ste sa cítili pri rozhodovaní?

Podľa čoho ste sa rozhodovali?

Aké boli kritéria rozhodovania?

Kto bol v skupine ten, kto určoval pravidlá diskusie?

Použiteľnosť pri témach: konflikty, asertivita, práca s mocou, sociálne skupiny, rozhodovacie procesy.

HRUBÝ VRCH



CIEĽ

Viedieť sa dohodnúť, posúdiť situáciu a riešiť nedorozumenia.



45 min.



príloha na str. 81, písacie potreby



Postup:

1. Každý z hráčov/hráčok si vytvorí svoje vlastné poradie dôležitosti vecí, ktoré sú potrebné pre náročný zostup (vid' príloha).
2. Keď sú všetci hotoví, vytvoríme menšie skupinky a úlohu hráči/hráčky zopakujú v rámci jednotlivých skupín. Mali by sa pokúsiť aj zdôvodniť, prečo jednotlivé veci zoradili v tomto poradí.
3. Zoznam potom porovnávame so zoznamom odporúčaným profesionálnymi horolezcamí.



Námety do diskusie:

Bola dohoda jednoduchá?

Podriadili sa všetci jednému - veliteľovi, presadzoval každý svoj názor, alebo sú schopní sa dohodnúť?

Dokázal každý pristúpiť na spoločné rozhodnutie, aj keď nemal totožný názor?

Použiteľnosť pri témach: asertivita, riešenie konfliktov, sociálne skupiny, komunikácia.

KROKODÍLIA RIEKA



CIEL'

Uvedomiť si silu stereotypov a predsudkov a ich vplyv na naše rozhodovanie, uvedomiť si vlastný hodnotový rebríček.



60 min.



príloha na str. 83



Postup:

1. Skupine prečítame príbeh o Krokodílej rieke (príloha).
2. Na základe týchto informácií sa má teraz každý študent rozhodnúť, koho správanie považuje za najakceptovateľnejšie, koho za menej a koho za najmenej akceptovateľné. Čiže zoradit týchto päť ľudí z príbehu podľa priateľnosti ich správania, na prvé miesto toho, čie správanie považuje za najpriateľnejšie.
3. Následne triedu rozdelíme do skupín po štyroch. Skupina sa má nejakým spôsobom dohodnúť na jednom výslednom poradí, ktoré akceptuje celá skupina. Forma, ako sa dohodnú je na nich, podstatné je, aby výsledné poradie bolo akceptované všetkými členmi skupiny.
4. Tu môžeme hru ukončiť, prípadne spojiť dve skupiny štvoric a zadanie opakovat' znova.
5. Nasleduje diskusia.



Námeto do diskusie:

Zhoduje sa vaše poradie s poradím v skupine?

Na základe čoho ste sa tak rozhodli, aké sú vaše argumenty?

Použiteľnosť pri témach: asertivita, konflikty, morálka, etika, morálne dilemy, riešenie konfliktov, predsudky.



HOVOR SO MNOU. NECH VIEM KTO SOM!



Precvičiť rôzne spôsoby komunikácie, precvičiť slovnú zásobu, precvičiť trénovanie profilovania osôb na základe verbálnej komunikácie, uvedomiť si vlastné predsudky v komunikácii.



45 min.



príloha na str. 84



Postup:

1. Vyberieme dvoch študentov, ktorí budú viest' dialóg na ľubovoľnú tému (resp. môžeme tému určiť podľa zamerania, ktorým hodinu viedieme).
2. Obaja dostanú na hlavu čelenku, na ktorej je lístok s inštrukciou (som intelektuál, som infantilný človek, som uponáhľaný človek, som nedoslýchavý človek, som senior, som cudzinec...a pod.). Študent svoj vlastný lístok nevidí.
3. Ich úlohou je uhádnuť, aký typ človeka asi predstavujú podľa prístupu k nemu.



Námety do diskusie:

Na základe čoho ste uhádli/neuhádli koho predstavujete?

Ako ste sa v úlohe cítili?

Použiteľnosť pri témach: verbálna komunikácia, neverbálna komunikácia, rozširovanie slovnej zásoby, asertivita, predsudky v komunikácii.



AUTOBUS



CIEL'

Precvičiť aktívne počúvanie, trénovať schopnosť zapamätať a reprodukovať prijatú informáciu.



10 min.



papier na poznámky, pero



Postup:

1. Študentom zadáme inštrukciu: „Prečítam vám text a na záver sa vás budem pýtať otázky týkajúce sa textu. Sústredte sa a dávajte pozor čo hovorím. Ak potrebujete, môžete si robiť poznámky.“

2. Text: „Si vodičom autobusu a na zastávke číslo 1 nastúpia 3 ľudia, jeden z nich má červený klobúk. Na zastávke 2 nastúpia 4 ľudia. Jedna pani má kočík. Na zastávke č. 3 nastúpia dvaja muži, jeden má tašku a osoba s červeným klobúkom na tejto zastávke vystúpi. 4. zastávka je na znamenie, autobus ani nezastavuje. Na 5. zastávke nastúpi človek, ktorý si kupuje lístok. Na 6. zastávke nastupuje 10 detí, keďže blízko je škola. Na 7. zastávke nastupujú poštárky, vystúpili 4 deti a pán, ktorý si kupoval lístok. Zastávka č. 8 je konečná.“

3. Odpovedajte na nasledujúce otázky:

Otázka 1: Pri ktorej zastávke je škola?

Otázka 2: Na ktorej zastávke nastúpila pani s kočíkom?

Otázka 3: Koľko rokov má vodič autobusu?



Námety do diskusie:

Podarilo sa vám odpovedať na všetky otázky?

Ktoré informácie sa vám najľahšie zapamäタali?

Zapamäタali ste si, že vodičom autobusu ste vy sami a teda odpoved' na tretiu otázku je váš vek?

Použiteľnosť pri témaciach: verbálna komunikácia, kognitívne procesy, aktívne počúvanie.

VEZMI SI KOĽKO CHCEŠ



CIEĽ

Ice-breaker, aktivita na zoznámenie, ktorej cieľom je precvičiť presnosť a jasnosť verbálne zdielanej informácie a zároveň precvičiť aktívne počúvanie.



20 min.



hrst' mincí, sada lega/kociek/kartičiek/špiliek



Postup:

1. Študenti sedia v kruhu. Študentom povieme, aby si každý zobral tolko mincí a kociek, kolko si myslí, že bude potrebovať.
2. Ked' si každý študent zobral dostatočný počet mincí a kociek, spočíta si, kolko položiek má (spolu mincí a kociek) a tolko faktov o sebe musí pri predstavovaní povedať.



Námety do diskusie:

Čo vo vás aktivita vyvolala?

Čo bolo pre vás počas aktivity najnáročnejšie?

Dozvedeli ste sa o spolužiakoch niečo, čo ste doteraz nevedeli?

Bolo náročné vydržať aktívne počúvať?

Použiteľnosť pri témach: aktívne počúvanie, verbálna komunikácia.

NAJKRAJŠIE SEKUNDY



CIEL'

Ice-breaker, aktivita na zoznámenie, ktorej cieľom je precvičiť aktívne počúvanie.



20 min.



Postup:

1. Študenti sedia v kruhu. Študentom povieme, aby si na chvíľu zatvorili oči a predstavili si najkrajších 30 sekúnd svojho života, ktoré by chceli ešte raz zažiť.
2. Každý študent potom predstaví a popíše svoju predstavu ostatným.
3. Aktivita ponúka možnosť zoznámenia sa a poukázania na krásne okamihy života, o ktoré sa pri bežnej komunikácii nedozvedia.



Námety do diskusie:

Čo vo vás aktivita vyvolala?

Čo bolo počas aktivity pre vás najnáročnejšie?

Dozvedeli ste sa o spolužiakoch niečo, čo ste doteraz nevedeli?

Bolo náročné vydržať aktívne počúvať?

Použiteľnosť pri témach: aktívne počúvanie, psychohygienické cvičenie.

NÁJDI MINCU



CIEL'

Ice-breaker, aktivita na zoznámenie, ktorej cieľom je precvičiť presnosť a jasnosť verbálne zdielanej informácie a zároveň precvičiť aktívne počúvanie.



20 min.



Postup:

1. Študenti sedia v kruhu. Študentom povieme, aby si každý vybral z vrecka alebo peňaženky jednu mincu. Ich úlohou bude, nazrieť na rok vyrazenia mince.
2. Následne študentom zadáme inštrukciu, aby si spomenuli na klúčové udalosti zo svojho života, ktoré sa udiali v roku vyrazenia mince.
3. Ak nastane situácia, že daný študent v roku vyrazenia mince, ešte nežil, bud' pridáme k roku vyrazenia desaťročie alebo mu dáme možnosť vybrať si ešte jednu mincu.
4. Aktivita ponúka možnosť zoznámenia sa a poukázania na klúčové momenty života študentov, o ktoré sa pri bežnej komunikácii nedozvedia.



Námety do diskusie:

Čo vo vás aktivita vyzvala?

Čo bolo počas aktivity pre vás najnáročnejšie?

Dozvedeli ste sa o spolužiakoch niečo, čo ste doteraz nevedeli?

Bolo náročné vydržať aktívne počúvať?

Použiteľnosť pri témach: aktívne počúvanie, verbálna komunikácia.

KLÚČE



CIEĽ

Ice-breaker, aktivita na zoznámenie, ktorej cieľom je precvičiť presnosť a jasnosť verbálne zdieľanej informácie a zároveň precvičiť aktívne počúvanie.



20 min.



vlastný zväzok klúčov, ktorý si študenti majú doniesť so sebou



Postup:

1. Študenti sedia v kruhu. Študentom povieme, aby každý vybral svoje klúče a vyzveme ich, aby postupne každý popísal, od čoho klúče na zväzku má a aké má na nich klúčenky.
2. Aktivita ponúka možnosť zoznámenia sa a poukázania na krásne okamihy života, o ktoré sa pri bežnej komunikácii nedozvedia.



Námety do diskusie:

Čo vo vás aktivita vyvolala?

Čo bolo počas aktivity pre vás najnáročnejšie?

Dozvedeli ste sa o spolužiakoch niečo, čo ste doteraz nevedeli?

Bolo náročné vydržať aktívne počúvať?

Použiteľnosť pri témach: aktívne počúvanie, verbálna komunikácia.

CVIČENIE EMPATIE



CIEL'

Precvičiť empatické reagovanie, rozlišovať súcit, sympatiu, radenie a empatiu.



30 min.



kartičky so situáciami



Postup:

1. Aktivitu môžeme realizovať individuálne (formou pracovného listu) alebo v menších skupinách.
2. Študentom predstavíme modelovú situáciu, na ktorú musia reagovať podľa nášho pokynu, empaticky, súcitne, sarkasticky, vysvetľujúco a pod.
3. Situácie s pokynmi na reakcie (môžeme ich čítať a ústne riešiť s jednotlivcami alebo vo forme pracovného listu každému študentovi):

3.1 Niekto v práci vám povie: „Nemohla som zaspať do tretej do rána, rozmýšľala som nad našou dnešnou prezentáciou. Tak som povedala, že si dám poriadnu kávu, aby som bola bdelá a čulá... ale teraz mi hlava treší! Prečo ma vždy rozbolí hlava, keď treba urobiť niečo dôležité!“

- a) Dajte odpoved', ktorá demonštruje intelektové porozumenie situácie a reaguje na otázku hovoriacej (posledná veta).
- b) Dajte odpoved', ktorý demonštruje súcit.
- c) Dajte odpoved', ktorá ponúka radu.
- d) Dajte odpoved', ktorá verbalizuje empatiu.



3.2 Na pracovnom stretnutí sa na vás uprostred vášho príhovoru niekto zrazu obráti a povie: „Nedáte aj ostatným šancu niečo povedať?“ Odpovedajte tejto osobe s empatiou:

- a) Vnímajte a zrkadlite to, čo táto osoba zrejme pozoruje.
- b) Vnímajte a zrkadlite, čo táto osoba zrejme pocituje a potrebuje.
- c) Vnímajte a zrkadlite, čo táto osoba zrejme požaduje.

3.3 Nasledovný rozhovor sa odohráva medzi dvomi spolubývajúcimi: Spolubývajúci A: „Nikdy nezhasneš svetlo.“ Spolubývajúci B: „Si podráždený a chcel by si viac zodpovednosti za využívanie energií...“

Nechajte dvoch ľudí prečítať si uvedenú výmenu nahlas. Potom nech ostatní zaujmú rolu spolubývajúceho B a nahlas zopakujú slová nasledujúcim spôsobom:

- a) s nádyhom sarkazmu,
- b) vysvetľujúco,
- c) empaticky (vnímavo).

3.4 Spomeňte si na situáciu, kedy ste boli vy a niekto druhý rozrušení a nahnevaní jeden na druhého. Ste si vedomí, že v takom stave nedokážete cítiť empatiu voči tomu druhému?

→ Zapíšte si, čo by ste mohli povedať sebe, keby ste sa rozhodli poskytnúť si empatickú prvú pomoc.

3.5 Povedzme, že chcete, aby niekto parafrázoval vaše slová, ale vnímate trochu odpor na jeho strane. Čo by ste mu mohli povedať?

CVIČENIE EMPATIE



Námety do diskusie:

Vzorové odpovede:

- 3.1. a. „Pravdepodobne je to preto, že si v napäti, keď očakávaš niečo dôležité. Alebo je to možno stres, nedostatok spánku a veľa kofeínu dokopy, preto t'a rozboli hlava.“
- 3.1. b. „Cítim s tebou. To je to najhoršie, keď t'a strašne bolí hlava, keď máš urobiť dôležitú prezentáciu!“
- 3.1. c. „Prečo si nevezmeš toto vrecko s ľadom a neľahneš si na 10 minút?“
- 3.1. d. „Si frustrovaná, pretože by si sa rada cítila energická, zdravá a mala jasnú hlavu na tú prezentáciu?“
- 3.2. a. „Myslíš to, že som povedal och, nie, och, nie, och, nie, keď Peter ukazoval na mapu?“
- 3.2. b. „Si podráždený, pretože chceš, aby bol každý vypočutý?“
- 3.2. c. „Chceš, aby sme išli do kola a vypočuli si každého skôr, než začнем znova rozprávať?“
- 3.4. a. „Stop! Stop, prosím, dost! Potrebujem pomoc! Chcem t'a vediet' vypočuť', ale som strašne, strašne rozrušený a nedokážem to. Som zúfalý! Potrebujem, aby sme spomalili! Môžeš mi povedať, čo teraz počuješ?“
- 3.4. „Ona sa zbláznila! - ach, empatia voči sebe... Som šokovaný, keď počujem jej odpoved', naozaj šokovaný... a potrebujem... potrebujem... porozumieť', najprv porozumieť', prečo urobila to, čo urobila. Nedáva to zmysel - som zmätený, bezradný. Potrebujem v tom mať jasno a cítim sa naozaj veľmi, veľmi, veľmi rozrušený... smutný, cítim sa smutný a sklamaný. Mal som sen o nás, ako spolupracujeme, sme tím a pomáhame si navzájom. Chcem jej dôverovať - myslím som, že sme sa dohodli. Som zmätený a smutný a zranený... chcem rozumieť tomu, prečo to urobila a chcem, aby ona rozumela mne.“
- 3.5. „Uvedomujem si, že sa to sprvu môže zdať trochu trápne, ale naozaj by som bol rád, keby ste mi povedali, čo ste počuli, že hovorím. Pre mňa je dôležité vediet', že som sa vyjadril presne, pretože naša komunikácia a spojenie sú pre mňa dôležité.“

Použiteľnosť pri témach: verbálna komunikácia, empatia.



SILA OTÁZKY



CIEĽ

Zostaviť jednoduché otázky na pridelenú tému, formulovať správne rôzne typy otázok (otvorených a zatvorených) a uvedomiť si ich výhody a nevýhody, viest' rozhovor, formulovať odpovede.



40 min.



kartičky na losovanie (s nápisom otázka/odpoveď) a kartičky so zadanimi tém na rozhovor (ľubovoľne predpripravíme)



Postup:

1. Požiadame študentov, aby sa prihlásili dve osoby, ktoré chcú cvičenie začať. Prídu pred tabuľu, kde sú pripravené oproti sebe dve stoličky a vylosujú si, kto bude klásiť otázky (kartička OTÁZKA) a kto bude odpovedať (kartička ODPOVEĎ).
2. Ten, kto bude klásiť otázky a viest' rozhovor, si vylosuje kartičku s témou. Osoba, ktorá rozhovor vedie, musí v časovom limite 1 minúta zistiť čo najviac o vytiahnutej téme. Takéto rozhovory sa realizujú dva - s inou dvojicou.
3. Následne učiteľ pozmení zadanie a vysvetlí, že teraz to bude prebiehať rovnako, ale ten, kto bude odpovedať, smie ako odpoved' použiť iba slovíčka ÁNO - NIE! Opäť nasledujú dve kolá rozhovorov s inými osobami.



Námety do diskusie:

Ako prebiehali rozhovory?

V ktorom rozhovore sa toho podarilo zistiť viac?

Aký bol medzi prvými dvoma a druhými dvoma rozhovormi rozdiel?

Ako museli byť formulované otázky?

Aký bol medzi nimi rozdiel?

Použiteľnosť pri témach: správna tvorba otázok, verbálna komunikácia, aktívne počúvanie



LIEK NA AIDS



CIEL'

Uvedomiť si svoje predsudky a predčasné hodnotiace súdy o druhých.



45 min.



príloha na str. 85



Postup:

1. Rozdelíme žiakov do štyroch skupín a každej skupine rozdáme formulár (príloha). Formulár nakreslíme aj na tabuľu. Vyzveme skupinu, aby si každá určila svojho hovorca.
2. Študentom predstavíme ich rolu, a teda, že každá skupina je nezávislou lekárskou radou, ktorá má vybrať jedného pacienta, ktorému podá liek na nový účinný liek na AIDS. Liek je k dispozícii iba pre jednu osobu.
3. Mená pacientov a ich vek má každá skupina vo svojom formulári, aby sa žiaci mohli rozhodnúť však potrebujú získať viac informácií. Každá skupina môže získať tri indície, ktoré budú zverejnené i pre ostatných členov skupiny. Celá trieda spolu môže získať 12 indícií.
4. Skupiny získavajú indície tak, že hovorca každej skupiny po dohode so skupinou povie, ktorú z indícií chce odhalit'.
5. Odhalené indície zapisujeme na tabuľu.
6. Po tom, čo odhalíme všetkých 12 indícií necháme skupinám chvíľu času, aby vybrali jedného pacienta, ktorému liek na AIDS podajú.
7. Každej skupine necháme priestor, aby svoje rozhodnutie a dôvody, ktoré ich k nemu viedli odprezentovali.



8. Potom odhalíme triede všetky indície.



Námet do diskusie:

Ako ste spokojní s rozhodnutí svojich skupín?

Popíšte akým spôsobom prebiehala diskusia.

Ktoré indície najviac ovplyvnili vaše rozhodnutie?

Rozhodli by ste sa inak, po tom, čo ste videli všetky informácie?

Čo bolo podľa vás cieľom techniky?

Použiteľnosť pri témach: predsudky, stereotypy vo vnímaní, problém integrácie, migrácie, národnostných menšíň, tolerancie.



Inšpirované podľa: Šmejkalová, R., Schmidová, K. Třída v pohode aneb aktivity pro podporu dobrých vztažů mezi žáky.

RÓMEO A JÚLIA



CIEL'

Precvičiť techniky pýtania sa a formulovania korektných otázok.



45 min.



Postup:

1. Študentom vysvetlíme, že v tejto hre sa budú hrať na vyšetrovateľov. Ich úlohou bude na základe indícií zistíť čo sa stalo. Môžu sa však pýtať iba uzavorenými otázkami, na ktoré lektor odpovedá áno alebo nie.

2. „*„Vošli ste do miestnosti, na zemi ležia Rómeo a Júlia, sú tam črepiny a flák. Čo sa stalo?“* (riešením je, že Rómeo a Júlia sú rybičky z akvária, ktoré sa rozbilo.)

3. Následne sa študenti pýtajú a učiteľ odpovedá na otázky až kým úlohu nevyriešia.



Námety do diskusie:

Zhodnotenie priebehu riešenia.



Variácie úlohy:

1. Nachádzaš sa v miestnosti s 3 vypínačmi. Vo vedľajšej miestnosti sú 3 vypnuté klasické žiarovky v stolných lampách, každý vypínač patrí k nejakej žiarovke. Z jednej miestnosti do druhej nevidno. Ako zistíš, ktorý vypínač patrí ku ktorej žiarovke, ak do miestnosti so žiarovkami smieš vstúpiť iba raz?

Riešenie: Stačí stlačiť jeden vypínač a nechat' ho zapnutý pár minút. Potom ho zase vypneme, zapneme druhý vypínač a vojdeme do miestnosti. Žiarovka, ktorá svieti patrí samozrejme k zapnutému vypínaču. Žiarovka, ktorá je teplá patrí k vypínaču, ktorý sme ako prvý na pár minút zapli (aby sa žiarovka zohriala).



2. Jeden muž žije na desiatom poschodí a každý deň ide do práce výtahom. Ale keď sa večer vracia, vyvezie sa na siedme poschodie výtahom a potom ide peši po schodoch na desiate poschodie. Priamo na desiate poschodie ide výtahom iba v tom prípade, ak je ešte niekto vo výtahu alebo ak v ten deň pršalo. Prečo?

Riešenie: Ten muž je trpaslík (je menší než ostatní ľudia). A preto nedochádza (ani nevyskočí) na tlačidlo pre desiate poschodie. Ale môže požiadat ostatných vo výtahu, aby zaplnili jeho tlačidlo alebo ho môže stlačiť dáždnikom.

3. Šejk mal dvoch synov. Na smrteľnej posteli im povedal, že dedičstvo získa ten z nich, koho tava dôjde do mesta ako druhá (z oboch tiav). A tak sa synovia vydali z domovskej oázy na cestu do mesta. Po troch dňoch pomalého počakania na ceste stretli starca (samozrejme mimoriadne mûdreho). Keď mu povedali o svojom trápení, niečo im poradil. Hned' potom vyskočili obaja na tavy a uháňali k mestu. Čo im poradil?

Riešenie: Mûdry starec im poradil aby si vymenili tavy.

4. Dvaja ľudia si každý deň podajú ruky. Raz si nepodajú ruky a jeden z nich zomrie. Prečo?

Riešenie: Títo ľudia pracovali v cirkuse ako akrobati.

5. Kovboj na divokom západe vojde do krčmy a vypýta si pohár vody. Barman miesto vody vytiahne pištol' na kovboja. Kovboj sa podákuje a odíde. Čo sa stalo a prečo d'akoval kovboj, že barman vytiahol pištol'?

Riešenie: Kovbojovi sa čkalo, preto si vypýtal pohár vody. Barman to videl a chcel ho vystrašiť, čo sa mu aj podarilo. Kovboj odišiel spokojný.

Použiteľnosť pri témach: ice-breaker, verbálna komunikácia, tvorba otázok.

TAKTIKA PÝTANIA SA



CIEL'

Zlepšenie komunikačných zručností, aktívneho počúvania, kladenia otvorených otázok a vedenia rozhovoru.



45 min.



Postup:

1. Rozdelíme študentov do skupín po 5 max. 6 členov.
2. Študentom vysvetlíme rozdiel medzi otvorenou a zatvorenou otázkou.
3. Študentom vysvetlíme pravidlá:
 - a) Môžu klásiť iba otvorené otázky.
 - b) Každá otázka musí začínať slovom: prečo, kde, kedy, čo, kto, ako.
 - c) Každá ďalšia otvorená otázka musí obsahovať signifikantné slovo vyslovené v predošej odpovedi.
 - d) Ak niekto položí uzavretú otázku, dobrovoľník odpovie áno/nie a následne sa ten istý študent pýta znova, podľa pravidiel.
 - e) Vždy sa pýta iba jeden študent, práve ten, ktorý je v poradí (neradia si, nepreskakujú poradie).
4. Z každej skupiny vyberieme dobrovoľníka. Požiadame dobrovoľníka, aby vyšiel z miestnosti, kym sa skupina dohodne.
5. Ked' dobrovoľník odíde, požiadame skupinu, aby sa dohodla na otázke pre dobrovoľníka. Mala by to byť otvorená otázka, ktorá nevedie k odpovedi áno alebo nie. Študenti sa môžu napríklad dohodnúť, že chcú zistit:
„Aké bolo dobrovoľníkovo prvé auto?“,
„Kde bol dobrovoľník najďalej od svojho súčasného bydliska?“,



„Aký je dobrovoľníkov koniček?“,
„Čo najnechutnejšie jedol?“,
„Aký je jeho najadrenalínovejší zážitok?“, a pod.

6. Znova študentom vysvetlíme, že hoci zadanie je zistit' to, nemôžu sa spýtať priamo. V každej chvíli môžu položiť len otvorenú otázku na základe toho, čo dobrovoľník už povedal.
7. Potom zavoláme dobrovoľníka ku skupine, diskusiu začína dobrovoľník vetou, čo prvé urobil ráno a následne pokračuje hra podľa pravidiel až pokým posledná otvorená otázka nepovedie k odpovedi na v úvode zvolenú otázku.



Námety do diskusie:

Akým spôsobom ste sa dopracovali k výsledku?
Kto sa chopil riadenia diskusie?

Použiteľnosť pri témach: skupinová práca, SPV, komunikačný tréning, kooperatívne spôsoby riešenia konfliktov, trénovanie spôsobov vedenia tímu, vedenie komunikácie.





CIEL'

Uvedomiť si zážitkovým spôsobom dopad lži na človeka, ktorý klame, v jeho verbálnej ale najmä neverbálnej komunikácii a identifikovať sprievodné prvky neverbálnej komunikácie pri lži.



45 min.



ceruzka, sklenený pohár, kocky

**Postup:**

1. Zo študentov vyberieme 6 dobrovoľníkov. Jeden študent predstavuje vyšetrovateľa, a ostatných päť vyšetrovaných. Vyšetrovaných papierikmi označíme číslami od jedna po päť. Ostatní študenti tvoria publikum.
2. Administrátor hry predstaví aktérov publiku a postupne sa pýta vyšetrovaných či rozobili pohár (zlomili ceruzku). Samozrejme každý z nich odpovie nie.
3. Potom administrátor povie publiku, že všetci vyšetrovaní odpovedali nie, pretože zatiaľ pohár (ceruzku) nerozbili, ale o chvíľu kocka rozhodne o tom, že jeden z nich ten pohár (ceruzku) za dverami rozbitie. Úlohou vyšetrovateľa bude pýtať sa otázky a zároveň vyprovokovať vyšetrovaných k čo najväčšiemu počtu verbálnych a neverbálnych reakcií. Úlohou publika je pozorovať reakcie, označiť na konci výsluchu vinníka a odôvodniť prečo vybrali práve jeho.
4. Potom administrátor spoločne s vyšetrovanými odíde za dvere, hodí kockou a vyberie jedného študenta, ktorého úlohou je reálne rozbiť pohár (zlomiť ceruzku). Potom sa vrátia do miestnosti a prebieha samotný simulovaný výsluch.
5. Keď vyšetrovateľ ukončí výsluch, úlohou jeho aj publika je označiť číslom, kto rozobil pohár a povedať aj svoje odôvodnenie prečo.



Námet do diskusie:

Popíšte na základe čoho ste vybrali vinníka?

Aké znaky vo verbálnej a v neverbálnej komunikácii ste pozorovali?

Použiteľnosť pri témach: neverbálna komunikácia, vedenie rozhovoru, manipulácia, asertívna komunikácia.

6 KLOBÚKOV MYSLENIA



CIEL'

Pochopíť rozdiely medzi jednotlivými spôsobmi myslenia, ktoré reprezentujú farebné klobúky



45 min.



papieriky s inštrukciami, farebné klobúky podľa typu myslenia



Postup:

1. V úvode aktivity vysvetlíme poslucháčom, že klobúk symbolizuje našu identitu alebo určité schopnosti, tak ako to použil aj Eduard de Bono a popísal šest' rôznych spôsobov myslenia. Každý spôsob myslenia sa pri riešení problémovej situácie zameriava na iný aspekt. Stručne predstavíme jednotlivé spôsoby myslenia a necháme poslucháčov vyžrebovať si jeden farebný klobúk:

Biely klobúk - reprezentuje dostupné informácie alebo informácie, ktoré je potrebné získať na vyriešenie problému.

Žltý klobúk - reprezentuje optimizmus a pozitívne aspekty.

Čierny klobúk - reprezentuje usudzovanie, obozretnosť, opatrnosť a ohodnocovanie.

Červený klobúk - predstavuje intuíciu, emócie, pocity a tušenia.

Zelený klobúk - reprezentuje kreatívne myslenie, tvorbu nových nápadov, nových alternatív a nových spôsobov nazerania na problém.

Modrý klobúk - jeho úlohou je nastaviť smerovanie stretnutia a navrátiť správny smer, keď sa ľudia v skupine odchýlia od cieľa.



2. Študenti pracujú v skupine, ktorú tvorí 6 členov, kde má každý klobúk inej farby. V skupine diskutujú o probléme, pričom každý pristupuje k riešeniu podľa toho, aký klobúk si vyžreboval.

3. Potom rozdáme alebo premietneme text s problémovou situáciou a necháme skupiny cca 15 minút o probléme diskutovať. Do pracovného listu si zapisujú hlavné postrehy. Následne každá skupina alebo vybraní jednotlivci predstavia svoje postrehy.

4. Situácia-téza nap.: konflikty sú zlé, nebezpečné a ponižujúce a majú ich len emocionálni a iracionálni ľudia bez vlastnej sebakantry.



Námeto do diskusie:

Diskutujeme o tom, ako môžu naše dominantné spôsoby myslenia ovplyvniť naše rozhodovanie a postoje, príp. o tom, aké majú jednotlivé spôsoby myслenia výhody a nevýhody.

Čím môžu byť tieto spôsoby prínosné v tímovom riešení problému?

Aké riziká sú spojené s tým, keď stále používame len jeden spôsob?

S ktorým spôsobom sa najviac stotožňujete?

Ktorý spôsob najčastejšie používate v bežných situáciach?



Variácie úlohy:

Aktivitu je možné riešiť tak, že jeden klobúk dostane skupina alebo tak, že jeden klobúk má jednotlivec.

Je možné variovať tému podľa potreby, prípadne každej skupine zadat' inú problémovú situáciu.

Použiteľnosť pri témach: kreatívne myšlenie.



TANGRAM



CIEL'

Prostredníctvom zážitku ukázať študentom, aké je komplikované zadat presnú inštrukciu tak, aby bola pochopená tak, ako aj bola vyslaná, a že je náročné eliminovať komunikačný šum, rôzne komunikačné bariéry.



45 min.



obálky s rozstrihaným obrázkom Tangramu pre každú skupinu, vzorový obrázok Tangram pre každú skupinu, papiere pre každú skupinu, príloha na str. 86



Postup:

1. Na začiatku hry sme rozdelíme študentov do piatich skupín. Z každej skupiny polovica študentov ide za dvere.
2. Študenti, ktorí ostali v triede dostali do každej zo skupín obálku, v ktorej boli rozstrihané časti obrázka.
3. Ich prvou úlohou je poskladať zo všetkých uvedených častí štvorec za časový limit 5 minút.
4. Potom každej skupine v triede rozdáme vzor, ako sa obrázok dá poskladať a zadáme im druhú inštrukciu, ktorou je spísat' na papier presný postup, pre členov skupiny, ktorí sú za dverami, ako štvorec majú poskladať bez toho, že uvidia nakreslenú predlohu v časovom limite 5 minút.
5. Po uplynutí času, sa do triedy vráti druhá časť skupiny, ktorých úlohou je postupovať podľa napísaného postupu, pričom prvá časť skupiny im nesmie nijako pomáhať, ani zasahovať do činnosti v časovom limite 10 minút.
6. Po uplynutí času, požiadame skupiny o prezentovanie svojho obrázku a späťnej väzby, ako sa im pracovalo.



Námet do diskusie:

Na základe prezentovaných výsledkov prostredníctvom výkladu vysvetlíme poslucháčom základné klúčové pojmy, ako sú: komunikačné bariéry, formy a faktory komunikácie, ktoré ju ovplyvňujú.

Následne prediskutujeme zásady efektívnej verbálnej komunikácie s dôrazom na aktívne počúvanie.



Použiteľnosť pri témach: verbálna komunikácia, komunikačné bariéry, spolupráca v tíme, efektívnosť komunikácie.

STAVEBNÁ ÚLOHA



CIEĽ

Podporiť komunikáciu v skupine, precvičiť si presnosť vyjadrovania, presnosť a jasnosť inštrukcií.



30 min.



otváraciu krabici alebo tvrdý obal na zakrytie pomôcok, stavebnicu Lego, zápichovú hru Lena, drevený Tangram, pamäťové kocky, sadu hracích kariet'



Postup:

1. Vytvoríme štvorice. Každý člen skupiny bude mať svoju úlohu: stavbár, spojka, obhliadkár a pozorovateľ.
2. Tímy majú za úlohu postaviť rovnakú stavbu z dielov, ako je model (ak nemáme k dispozícii viacero kusov rovnakých sád, pre obhliadkára sa dá použiť vytažená fotka modelu).
3. Obhliadkár vidí model, ktorý má stavbár postaviť. Spojka prenáša inštrukcie od obhliadkára pre stavbára, pričom spojka nevidí ani model ani materiál, s ktorým sa stavia.
4. Tímy majú max. 15 minút na stavbu, potom nasleduje diskusia.



Námety do diskusie:

Ako ste sa cítili vo svojich rolách?

Podobajú sa stavby na model?

Vedeli by ste riešiť túto úlohu aj neverbálne?

Čo bolo najnáročnejšie pri zadávaní pokynov?

Použitelnosť pri témach: presnosť verbálnej komunikácie, tímová spolupráca, práca s mocou.

ZOOM



CIEL'

Precvičiť spôsoby riešenia problému a dodržiavanie pravidiel efektívnej verbálnej komunikácie v skupine.



90 min.



Zoom od Istvána Bányaiaho (je možné použiť aj inú sériu obrázkov, ktorej princípom je „zoomovanie“)



Postup:

1. Študentom vysvetlíme pokyny:

a) Po tom ako dostanú obrázok sa môžu pozerať len na svoj obrázok a nesmú ho ukázať ostatným.

b) Musia naštudovať svoj obrázok a čo najlepšie ho opísat ostatným, aby obrázky ich mohli následne pouklaďať v správnom poradí (princíp hry im nevysvetľujeme).

2. Aktivita bude ukončená vtedy, keď bude vytvorený jeden rad obrázkov. Obrázky si ukážu až po tom, keď vytvoria rad (rozumej rubovou stranou nahor).

3. Je dôležité dbať na dodržiavanie pravidiel a upozorniť študentov na to, že keď obrázok uložia (rubovou stranou nahor) je nutné, aby si zapamätali, kde do poradia svoj obrázok položili, keďže nazriet môžu len do svojho obrázka.

4. Skupina má príst na princíp hry, že jednotlivé obrázky tvoria následnosť na základe „zoomovania“, teda približovania a nie podľa príbehu.



Námeto do diskusie:

Kto bol vodcom skupiny?

Ako sa vám spolupracovalo?

Dosiahli ste spoločný cieľ?

Použiteľnosť pri témach: skupinová práca, SPV, komunikácia.



STRETNUTIE SO ŽIVOTOM



CIEL'

Uvedomenie si priorít v ľudskom živote, vlastných hodnôt a ich následné odkomunikovanie.



60 min.



lístky na zapisovanie, písacie potreby, sedenie v kruhu, kôš



Postup I. časť:

1. Študentom zadáme inštrukciu: „Na pripravené lístky (4 kusy) napište po jednej spoločenskej úlohe (mama, otec, brat, setra, manželka, žiačka, učiteľka...), ktorá vo vašom živote veľa znamená.“

2. Jednotlivé úlohy zoradťte podľa vlastného významu. V aktivite sa všetci zaradom vystriedate. Postupovať budeme v smere kruhu. Ked' príde na vás rad, vyberiete si jeden lístok a so slovami: „Odhadzujem svoju spoločenskú úlohu ... (názov tej, ktorú ste si vybrali)“, pokrčíte ho a odhadíte do koša v strede miestnosti.

3. Zopakujeme to 4-krát, kým každý účastník neodhodí všetky svoje lístky.



Námety do diskusie:

Bolo pre vás t'ažké odhadzovať svoje spoločenské úlohy?

Ktoré úlohy ste odhadzovali t'ažšie - prvé alebo posledné?



Postup II. časť:

1. Pokračujeme s inštrukciou: „*Opäť si každý pripraví 4 lístky. Na každý lístok napišete jednu hodnotu (zdravie, láska, viera...), ktorá vo vašom živote veľa znamená.*“
2. Jednotlivé hodnoty zoradíte podľa významu. Opäť budeme hovoriť v poradí. Ked' na vás príde rad, vyberiete jeden lístok a so slovami: „*Odhadzujem svoju hodnotu ... (názov)*“, pokrčíte ho a odhadnite do stredu miestnosti.
2. Hra opäť trvá, až kým všetci účastníci neodhodia všetky lístky.



Námeto do diskusie:

- Čo bolo t'ažšie odhadzovať prvé alebo posledné hodnoty?
Čo sa vám odhadzovalo t'ažšie - spoločenské úlohy alebo hodnoty?



Variácie úlohy:

Počet spoločenských úloh a počet hodnôt je možné prispôsobovať vekovej skladbe skupiny a tiež časovej dotácií, ktorú máme k dispozícii. V tomto cvičení je dôležité udržiavať bezpečnú atmosféru. Je možné, že študenti otvoria citlivé témy a preto je podstatné vyčleniť si na toto zadanie dostatočný časový priestor a pohodovú atmosféru.

Použiteľnosť pri témach: verbálna komunikácia, hodnotový rebríček, prevencia závislosti.



CHVÍĽA NA ROZPRÁVKU (A)



CIEĽ

Uvedomiť si dôležitosť vypočutia si oboch strán v konflikte, vnímať viaceré uhly pohľadu.



45 min.



text rozprávky „O Červenej čiapočke“



Postup:

1. Študentom prečítame rozprávku o Červenej čiapočke. Vedieme chvíľu diskusiu o tom, čo si o tom myslia, kto zohráva akú rolu (diskusiu vedieme, k rozdeleniu na „dobré a zlé“ postavy príbehu).
2. Študentov rozdelíme do min. 4 skupín (ak pracujeme v veľkou skupinou, môžeme pridať ešte jednu skupinu).
3. Každá skupina dostane za úlohu prerozprávať príbeh o Červenej čiapočke z pohľadu jednej z postáv (Červená čiapočka, horár, vlk, stará mama, event. mama Červenej čiapočky).
4. Necháme skupinám čas na premyslenie príbehu a následne každá skupina prečíta svoju verziu celej skupine.



Námety do diskusie:

Aký bol váš vzťah k vlkovi a Červenej Čiapočke na začiatku hodiny? Aký je teraz?

Stalo sa vám niekedy, že ste určitú situáciu videli len zo svojho uhla pohľadu a zmenili ste svoj názor po vypočutí druhej strany? Bolo náročné pozrieť sa na situáciu, ktorá sa na prvý pohľad zdala jasná, tak trochu inak, z iného uhla?

Čo ste si pri tejto aktivite uvedomili?

Použiteľnosť pri témach: konflikty, riešenie konfliktov, predsudky, verbálna komunikácia, aktívne počúvanie, dávanie spätnej väzby.

CHVÍĽA NA ROZPRÁVKU (B)



CIEL'

Uvedomíť si, aké je náročné vnímanie rôznych uhlov pohľadu v konflikte. Uvedomíť si dôležitosť vypočutia si oboch strán v konflikte, vnímať viaceré uhly pohľadu.



90 min.



príloha na str. 87



Postup:

1. Študentom prečítame rozprávku „Červená čiapočka z pohľadu vlka“.
2. Viedieme chvíľu diskusiu o dôležitosti vypočutia všetkých strán bez predsudkov.



Námety do diskusie:

Aký bol váš vzťah k vlkovi v rozprávke o Červenej Čiapočke, kým ste nepočuli toto rozprávanie? Aký je teraz?
Čo ste cítili k Červenej Čiapočke pred týmto rozprávaním?
Aký je váš vzťah k nej teraz?
Stalo sa vám niekedy, že ste určitú situáciu videli len zo svojho uhla pohľadu a zmenili ste svoj názor po vypočutí druhej strany?

Použiteľnosť pri témach: konflikty, riešenie konfliktov, predsudky, verbálna komunikácia, aktívne počúvanie, dávanie spätnej väzby.



SPOLOČNÝ VÝLET



CIEL'

Posilniť kooperáciu v skupine, identifikovať vlastné spôsoby riešenia konfliktov.



45 min.



sedenie v kruhu



Postup:

1. Študentom predstavíme modelovú situáciu a požiadame ich, aby si uvedenú situáciu čo najvernejšie predstavili.
2. „Ako trieda ste na konci roka vyhrali rebríček o najaktívnejšiu a najúspešnejšiu triedu na škole. Vedenie školy v spolupráci so sponzormi, ktorí podporujú usilovných študentov, sa rozhodli vám venovať odmenu za vašu celoročnú snahu. Máte možnosť si vybrať z troch odmen: Prvou možnosťou je, že sa vyberiete celá trieda na 10 dní na dovolenkú na Ibizu, all inclusive hotel. Druhou možnosťou je, že sa vyberiete na poznávací zájazd do Škandinávie - 12 dní, severské krajinu, s návštevou pamiatok, možnosť vidieť polárnu žiaru, fjordy, prírodu, zájazd je autobusový, prespáva sa každú noc v inom hotely. Tretia možnosť je, že každý študent dostane 200 € hotovosť. Výhra má však jednu podmienku, musíte všetci s vybranou možnosťou súhlasit, to znamená, že sa musíte dohodnúť tak, že všetci pôjdete spoločne, všetci s tým musia súhlasit. Ak čo i len jeden nesúhlasí, alebo odmenu odmietne, výhru nezískava nik.“
3. Požiadame študentov, aby sa čo najvernejšie vzili do toho, že táto situácia je reálna (závisí od toho úspech aktivity) a následne ich necháme diskutovať. Je na administrátorovi, či nechá čas neobmedzený alebo ho obmedzí časovým limitom.
4. Nasleduje diskusia o spôsoboch ako dospeli/nedospeli k riešeniu.



Námet do diskusie:

Kto viedol diskusiu?

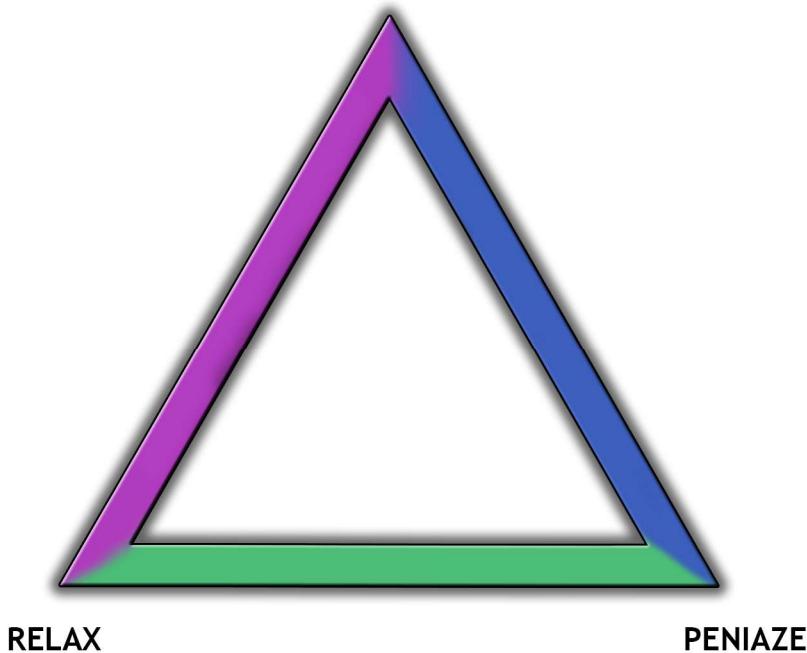
Akým spôsobom ste presvedčali ostatných?

Aký je výsledok riešenia?

Čo vás prekvapilo na vás samých a vašich riešeniach?

Čo vás prekvapilo na spolužiakoch a ich spôsoboch riešení?

SPOZNÁVANIE



Použiteľnosť pri témach: asertivita, konflikty, riešenie konfliktov, SPV, práca v tíme.

LÚPEŽ V BANKE



CIEĽ

Precvičiť si tvorbu a overovanie hypotéz, precvičiť si aktívne počúvanie, kooperatívnu prácu v skupine.



30 min.



kartičky s indíciami



Postup:

1. Rozdelíme študentov do skupín tak, že jedna skupina má min. 9 členov, max. 14 členov.
2. Študentom zadáme inštrukciu: „Každý z Vás dostane lístoček s indíciou (pomôckou), ktorá by Vám mala pomôcť pri riešení prípadu. Text na lístočku si pozorne prečítajte a lístok vráťte. Kedže každý z Vás vie niečo, čo sa týka tohto prípadu, odhalíť zlodeja môžete spoločnými silami. Pozorne počúvajte čo sa stalo: Minulú noc o 2.00 hod. bola prepadnutá banka na Jilskej ulici. Z trezoru zmizli peniaze a šperky v hodnote 14 mil. eur. Kto je páchateľom a aký je jeho možný motív? “
3. Zoznam nutných inštrukcií k riešeniu:
 - a) Emilio nikdy netipoval.
 - b) Emilio neboli doma nadránom medzi 2.00 a 3.00.
 - c) Majiteľ stávkovej kancelárie prišiel domov nadránom okolo 3.30 hod.
 - d) Jediná stopa na mieste činu bol lístoček s mobilným číslom 0977 777 777
 - e) Na čísle 0977 777 777 sa ozval hlas: „Favorizované futbalové družstvo ten zápas prehrá“.
 - f) Podozrivý je Emilio.
 - g) Podozrivý je Raul.
 - h) Emilio je hlavný účtovník v banke.
 - i) Raul je majiteľom stávkovej kancelárie.



4. Zoznam nepodstatných inštrukcií (je možné ich podľa potreby doplniť):

- a) Emilio má kľúč od hlavného trezoru.
- b) Emilio má rád paprikovú pizzu.
- c) Raul nerád nosí dáždnik.
- d) Emilio pracuje v na Jilskej ulici.
- e) Hlavný účtovník zamkol trezor o 21.00 hod.

5. Rozdáme indície, študenti si ich prečítajú a lístoček si odložia (počet študentov v skupine a počet inštrukcií sa musí zhodovať').

6. Priebeh riešenia neriadime, nezasahujeme, nechávame ich pracovať samostatne.

Riešenie: Páchatelom je RAUL. Ako majiteľ stávkovej kancelárie, potreboval peniaze na zaplatenie favorita, aby zápas prehrali. A keďže to družstvo budú všetci tipujúci považovať za jasného víťaza, stavia naň. No a zisk poputuje majiteľovi kancelárie - Raulovi.



Námet do diskusie:

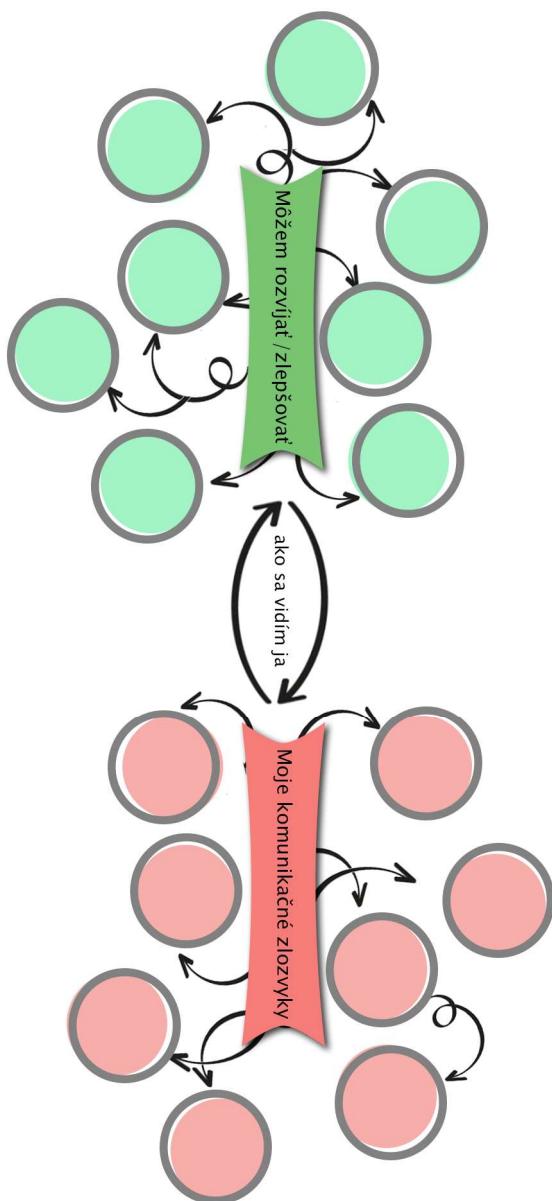
Akým spôsobom ste sa dopracovali k výsledku?

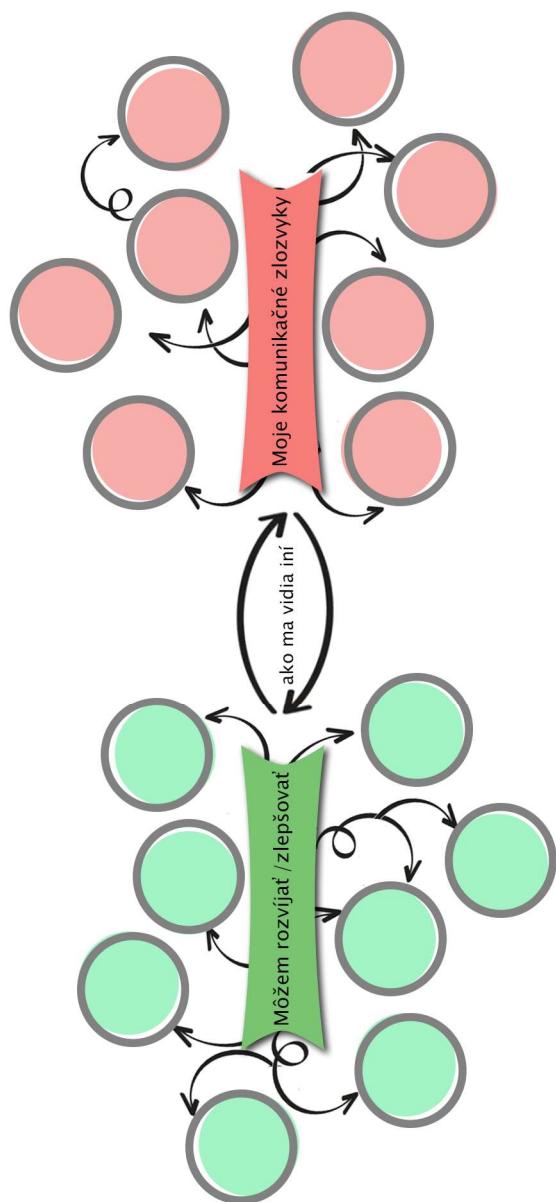
Kto sa chopil riadenia diskusie?

Použiteľnosť pri témach: skupinová práca, SPV, komunikačný tréning, kooperatívne spôsoby riešenia konfliktov, trénovanie spôsobov vedenia tímu, vedenie komunikácie.



POTIAHNI





POMARANČE UGLI

č.1: Tím doktora Jonesa

Ste vedci biologického výskumu, zamestnanci farmaceutickej firmy. Nedávno ste vyvinuli látku vhodnú na zabránenie vzniku choroby Rudosen. Je to choroba, ktorá postihuje tehotné ženy. Ak nie je zachytená v prvých štyroch týždňoch tehotenstva, ochorenie spôsobuje vážne poškodenie mozgu, očí a uší nenanrodených detí. V poslednej dobe došlo k vypuknutiu choroby Rudosen vo vašej krajine a niekoľko tisíc žien sa nakazilo touto chorobou. Bohužiaľ, sérum je vyrobené zo šťavy z Ugli pomaranča, čo je veľmi zriedkavé ovocie. Za poslednú sezónu sa urodilo iba malé množstvo tohto vzácneho ovocia. Do budúcej sezóny už nebudú k dispozícii žiadne ďalšie pomaranče Ugli, ktoré by dozreli včas na vyliečenie súčasných obetí choroby Rudosen. Dokázali ste, že vaše sérum nie je v žiadnom prípade škodlivé pre tehotné ženy, v dôsledku čoho neexistujú žiadne vedľajšie účinky. Vaša firma má patent na sérum a očakáva sa, že bude produkt všeobecne dostupný verejnosti. Nedávno ste boli na základe dobrých dôkazov informovaní, že pán R. H. Cardoza, juhoamerický vývozca ovocia, vlastní 3000 Ugli pomarančov v dobrom stave. Ak by ste mohli získať šťavu zo všetkých 3000, boli by ste schopní liečiť súčasné obete a poskytnúť dostatočnú vakcináciu pre zostávajúce tehotné ženy v štáte. Nedávno ste boli informovaní, že Dr. P. W. Roland je tiež naliehavo hľadá Ugli pomaranče a je si tiež vedomý toho, že pán Cardoza ich má 3000 k dispozícii. Roland je vašim konkurentom. Pracuje na výskume biologických zbraní, kde je v posledných rokoch veľká priemyselná špionáž vo farmaceutickom priemysle. Za posledných niekolko rokov sa spoločnosť Rolanda a vaša firma niekolkokrát žalovali zo vzájomného porušovania patentových práv a porušovania právnych predpisov. Pred príchodom k pána Carduzu ste sa rozhodli hovoriť so skupinou vedcov Dr. Rolanda ovplyvniť ho tak, aby vám nebránil nakupovať pomaranče Ugli pre vaše účely.

č.2: Tím doktora Rolanda

Pracujete ako výskumní biológovia farmaceutickej firmy. Firma je na základe zmluvy s vládou určená na výskum metód boja proti nepriateľskému využívaniu biologických zbraní. V poslednej dobe sa prestáhovalo niekoľko experimentálnych bômb z druhej svetovej vojny z USA na malý ostrov nedaleko amerického pobrežia v Pacifiku. V dvoch z bômb zaznamenali únik nebezpečnej látky do komory bomby. Únik je v súčasnosti kontrolovaný, ale vedci predpovedajú, že plyn do dvoch týždňov prenikne do komôr a bomba vybuchne. Vedci potom nedokážu zastaviť únik nebezpečnej látky do atmosféry, ktorá sa bude rýchlo šíriť aj na iné ostrovy a veľmi pravdepodobne aj na západné pobrežie USA. Ak sa toto stane, je pravdepodobné, že niekoľko tisíc ľudí vážne ochorenie, utrpí vážne poškodenie mozgu alebo zomrie. Váš tím vyvinul látka, ktorá neutralizuje nervový plyn, ak sa vstrekuje pred vstrekováním plynu do komory. Látka je vyrobená z chemickej látky z kôry pomaranča Ugli, veľmi zriedkavého ovocia. Bohužiaľ, túto sezónu sa urodilo iba malé množstvo tohto vzácneho ovocia. Boli ste informovaní, že pán R. H. Cardoza, vývozca ovocia v Južnej Amerike, vlastní postačujúce množstvo (3000) pomarančov Ugli. Chemikálie z kôry všetkých jeho pomarančov by stačili neutralizovať plyn, ak sa látka vyvinie a účinne vstrekné do bomby. Okrem toho ste boli informovaní, že tím Dr. J. W. Jonesa tiež naliehavo hľadá pomaranče Ugli a je si vedomý, že pána Cardoza má potrebný počet kusov. Tím dr. Jonesa pracuje pre firmu, s ktorou vaša firma konkuruje. V priebehu rokov, sa vaša firma a firma Dr. Jonesa niekoľkokrát navzájom žalovala za porušenie priemyselnej špionáže a porušovanie patentových práv. Vláda požiadala vašu firmu o pomoc. Pred príchodom k pánovi Cardozovi ste sa rozhodli porozprávať sa s tímom dr. Jonesa a ovplyvniť ho tak, aby vám nebránil nakupovať pomaranče na vaše účely.

LET BALÓNOM

PAVOL

Voláš sa Pavol, máš 42 rokov a si 6 rokov rozvedený. Tvoja bývalá manželka je šťastne vydatá. Pracuješ ako lekár, výskumný pracovník, v oblasti medicíny v Nemecku, a si uznávaný ako svetová kapacita v liečbe smrteľnej choroby - svalovej atrofie. Nedávno si vyvinul nový druh nenákladnej liečby, ktorú je možné vykonávať samostatne. Väčšina údajov o liečbe je však ešte stále len vo forme tvojich poznámok. Žiaľ, v posledných rokoch máš emocionálne problémy, dvakrát si bol obvinený z obtážovania, naposledy pred 11 mesiacmi. Tvojimi koničkami sú vážna hudba, opera a splavovanie.

EDUARD

Voláš sa Eduard a máš 59 rokov. Si generálnym riaditeľom továrne, ktorá vyrába komponenty pre výskumné laboratóriá. V tvojej firme pracuje 120 ľudí. V miestnej spoločnosti máš vysoké postavenie, angažuješ sa v komunálnej politike a podporuješ lokálne charitatívne projekty. Si ženatý a máš dve dospelé deti, ktoré už majú vlastné rodiny a žijú v zahraničí. Nedávno si sa vrátil zo služobnej cesty, kde si bol osobne zodpovedný za rokovanie o kontrakte na dodávku veľkého množstva nevyhnutného výskumného príslušenstva pre laboratóriá na obdobie 5 rokov. Ak tento kontrakt podpíšeš zabezpečíš prácu pre ďalších 70 ľudí. Tvojím koničkom je zbieranie starožitných zbraní a po odchode do dôchodku máš v úmysle napísat knihu o zberateľských kúskoch.

HELENA

Voláš sa Helena, máš 38 rokov a si atraktívna učitelka 1-4 ročníka ZŠ. Máš 4 deti vo veku od 2-8 rokov. Tvojimi koničkami sú šport, korčuľovanie a varenie. Si vydatá a máš s manželom dom a hypotéku. Momentálne však prežívaš milostný románik so svojím kolegom, ktorý chceš utajíť. Pracuješ v národne uznávanom projekte vzdelávania žiakov so zdravotným postihnutím, v ktorom si veľmi úspešná.

MIROSLAV

Voláš sa Miroslav, máš 27 rokov a si slobodný. Pracuješ ako profesionálny vojak. Absolvoval si misiu v zahraničí, kde si za svoje zásluhy pri záchrane životov dostał mimoriadnu veliteľskú pochvalu. Už dlhší čas máš problém s alkoholom, ktorým si riešiš negatívnu skúsenosť z uvedenej misie, kedy pri spoločnej akcii zahynul tvoj kolega. Po návrate na Slovensko pracuješ ako dobrovoľník pri pomoci mladým odvážlivcom - lezcom, ktorých trénuješ. Vo voľnom čase sa venuješ úprave a jazdeniu na motocykloch, ktoré sú tvojou väšňou.

UROB KROK VPRED

Role

Ste tridsaťročný bezdomovec	Ste ilegálny pristáhovalec z Číny
Ste stavebný robotník s príležitosťou pracou	Ste priateľ známej spisovateľky závislej od alkoholu
Ste profesionálny horský vodca	Ste modelka afrického pôvodu
Ste dcéra vietnamského pristáhovalca s obchodom	Ste nezamestnaný bývalý kuchár bez výučného listu
Ste drogovo závislý stredoškolák	Ste polnohospodársky robotník na dôchodku
Ste grécka učiteľka pred dôchodkom	Ste postihnutá mladá architektka na vozíku
Ste vysokoškolská študentka bez rodičov, žijúca u dedka	Ste čínsky majetel prosperujúcej reštaurácie
Ste manželka poslanca EÚ nežijúca v rodnej krajine	Ste asistentka riaditeľa školy v stredných rokoch

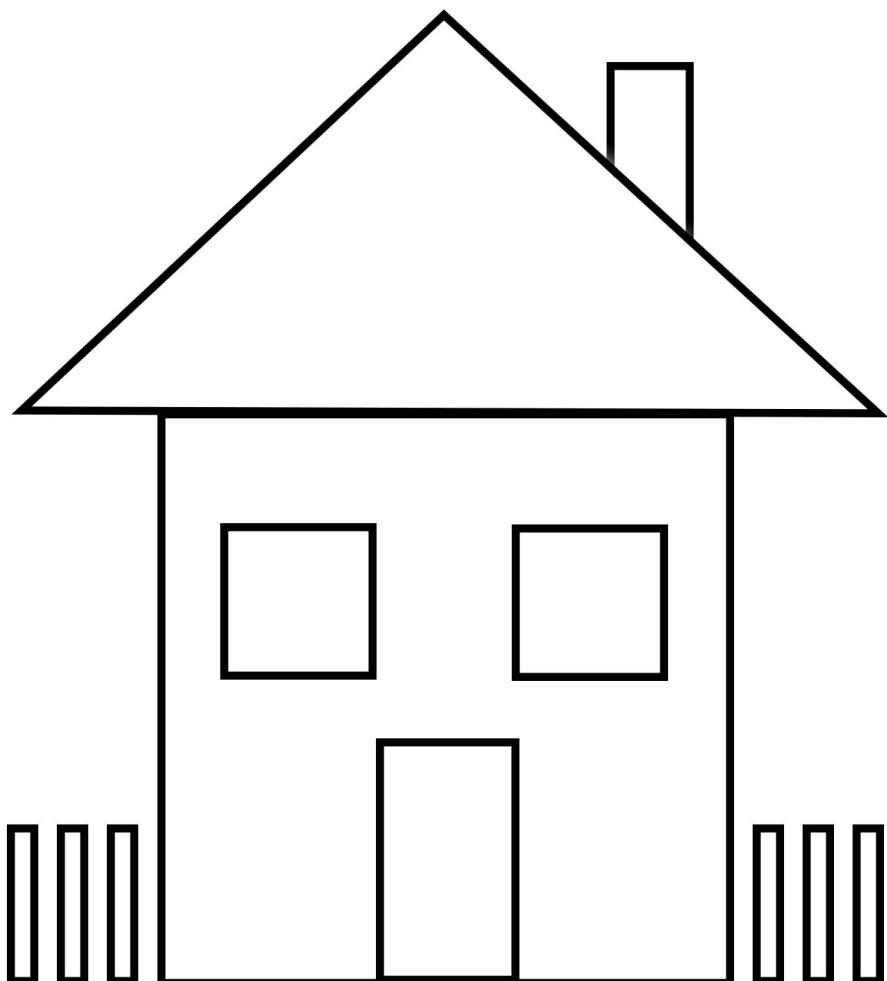
Ste predseda vládnej politickej strany	Ste muslimské dievča žijúce s ortodoxným manželom
Ste úspešný chirurg z Afriky	Ste profesionálny vojak
Ste rozvedená matka s dvoma deťmi bez rodiny	Ste mladý Slovák pracujúci vo VB ako skladník
Ste tehotná predavačka v obchodnom centre	Ste vysokoškolský vzdelaný beydomovec
Ste slovenský špičkový chirurg vo Švajciarsku	Ste dvadsaťosemročný homosexuál, majtel' baru
Ste poľský predavač na trhu	Ste mladá zdravotná sestra rómskeho pôvodu

UROB KROK VPRED

Situácie:

1. Nikdy ste nemali žiadne vážne finančné t'ažkosti.
2. Máte slušné bývanie s telefónom a televízorom.
3. Máte pocit, že poločnosť, v ktorej žijete, akceptuje váš jazyk, náboženstvo a kultúru.
4. Máte pocit, že váš názor na spoločenské a politické otázky zaváži a že vašej mienke sa venuje dostatočná pozornosť.
5. Ľudia sa na vás obracajú o radu v rozličných otázkach.
6. Nemáte strach z toho, že vás zastavia policajti.
7. Viete, kam sa máte v prípade potreby obrátiť o radu a pomoc.
8. Nikdy ste sa necítili diskriminovaný kvôli svojmu pôvodu.
9. Svoje sociálne a zdravotné požiadavkymáte primerane zabezpečené.
10. Raz za rok môžete odcestovať na dovolenku.
11. Môžete si k sebe na večeru pozvať priateľov.
12. Váš život je zaujímavý a do budúcnosti sa dívate optimisticky.
13. Máte pocit, že môžete študovať a vykonávať povolanie, ktoré ste si vybrali.
14. Nemáte obavy z toho, že by vás mohli prenasledovať alebo napadnúť na ulici alebo v médiách.
15. Môžete sa zúčastniť celoštátnych aj regionálnych volieb.
16. Najdôležitejšie náboženské sviatky môžete osláviť so svojou rodinou a blízkymi priateľmi.
17. Môžete sa zúčastniť na medzinárodnom seminári v zahraničí.
18. Aspoň raz za týždeň môžete ísť do kina alebo do divadla.
19. Nemáte obavy o budúnosť svojich detí.
20. Aspoň raz za tri mesiace si môžete kúpiť nové šaty.
21. Môžete sa zamilovať do osoby, ktorú si sami vyberiete.
22. Máte pocit, že spoločnosť, v ktorej žijete, oceňuje a uznáva vaše odborné schopnosti.
23. Môžete používať internet a využívať ho vo svoj prospech.

KRESLI AKO POČUJEŠ



STROSKOTANCI

Inštrukcia

Vaša lod' sa cestou do vytúženej zeme - na Divoký západ, kde je nepredstaviteľné bohatstvo, Eldorádo - pri malom ostrove dostala do búrky, ktorá ju silno poškodila. Keď búrka pominula, lod' sa začala potápať. Na lodi sa nachádza 15 vecí, ktoré si môžeš zobrať so sebou do záchranného člna. Urči poradie týchto vecí, podľa dôležitosti. Postupujte od najdôležitejšej veci (označte ju číslom 1), cez menej dôležitú (označte ju číslom 2) až po najmenej dôležitú (označte ju číslom 15). Poradie vecí vpisujte do stĺpca individuálne poradie.

Poradie podľa amerického námorníctva

1. zrkadielko na holenie - signalizácia počas dňa, pri neštastiach je dôležité počas prvých 24-48 hodín, kedy sa rozbiehajú záchranné akcie, odraz zo zrkadla prenikne na neuveriteľné vzdialenosť a môže zaujať záchranárov ako nezvyčajný úkaz v prírode
2. 5 litrová kanistra benzínu - signalizácia v noci
3. 15 litrová bandaska s vodou - voda je dôležitá, ale v prvých dňoch má človek ešte zásoby, preto sú na prvých dvoch miestach prostriedky na signalizáciu
4. 1 krabica keksov - energia
5. 7 m² čiernej plastickej fólie - ochrana pred slnkom, zlým počasím, možno zbierať dažďovú vodu
6. 2 tyčinky čokolády - energia, z výživového hľadiska je až za keksami
7. sada rybárskeho náčinia - jedlo
8. 15 m nylónového lana - upevnenie fólie, lov rýb
9. ohňovzdorný plášť - ochrana pred chladom i teplom, výborný izolant
10. tekutina na odpudenie žralokov
11. fláša rumu - (80%) dezinfekcia
12. tranzistorové rádio - ďaleko od pevniny je bezcenné, nedosahujú sem rádiové vlny
13. mapa Tichého oceánu - bez možnosti zistenia polohy potápajúcej sa lode je bezcenná
14. siet' proti komárom - len zriedka sa uprostred oceánu vyskytujú komáre
15. sextant - pre laika úplne nepoužiteľná vec (prístroj na hrubé meranie uhlov pri určovaní zemepisnej dĺžky a šírky)

Pracovný hárok

Súčasti výstroja	A	B	C	D	E	F
	Moje poradie	Skupinové poradie	Poradie podľa námorníkov	$ A-C =D$	$ B-C =E$	$ A-B =F$
zrkadielko na holenie						
5l kanistra benzínu						
15l bandaska s vodou						
1 krabica keksov						
7 m ² čiernej plastickej fólie						
2 tyčinky čokolády						
sada rybárskeho náčinia						
15 m nylonového lana						
ohňovzdorný plášť						
tekutina na odpudenie žralokov						
flaša rumu						
tranzistorové rádio						
mapa Tichého oceánu						
sieť proti komárom						
sextant						
SUMA stĺpcov						

Legenda:

- A → poradie určuje študent individuálne
 B → poradie, na ktorom sa dohodli študenti po vzájomnej diskusii v skupine
 C → poradie, ktoré určili námorníci (prečítame, až po vyplnení A, B)
 D → od ráťame individuálne poradie študenta od poradia námorníkov a dáme do absolútnej hodnoty (musí byť kladné číslo)
 E → od ráťame skupinové poradie študenta od poradia námorníkov a dáme do absolútnej hodnoty (musí byť kladné číslo)
 F → rozdiel individuálneho poradia a skupinového poradia v absolútnej hodnote

Vyhodnotenie:

- D → ten študent, ktorý má z celej triedy najmenšiu sumu hodnôt D, by prežil s najväčšou pravdepodobnosťou
 E → tá skupina, ktorá má zo všetkých skupín najmenšiu sumu hodnôt E, by prežila s najväčšou pravdepodobnosťou
 F → ten študent, ktorý má v rámci svojej skupiny najmenšiu sumu hodnôt F, mal na skupinové rozhodovanie najväčší vplyv

ZÁCHRANNÁ AKCIA V JASKYNI

Dobrovoľník 1: Helena

Helena je 34-ročná žena v domácnosti. Má 4 deti vo veku od 7 mesiacov do 8-mich rokov. Jej koničkami sú korčuľovanie a varenie. Má pekný dom v Banskej Bystrici. Vie sa o jej tajnom milostnom romániku s ďalším dobrovoľníkom (Oliver).

Dobrovoľník 2: Aiko

Aiko je 19-ročná študentka sociológie na univerzite v Bratislave. Jej rodičia sú pôvodom bohatí Japonci, ktorí podnikajú na Slovensku. Jej otec je priemyselník a je všeobecne uznávaným odborníkom na japonské mimické divadlo. Aiko je slobodná a mimoriadne atraktívna. Nedávno vystupovala v dokumentárnom filme na tému ženskosti Japoniek a aranžovania kvetov.

Dobrovoľník 3: Oliver

Oliver má 27 rokov, je slobodný. Pôsobil ako profesionálny vojak a časť svojej vojenskej služby bol ako tajný agent, ktorému sa podarilo preniknúť do teroristickej bunky, za čo dostal zvláštnu pochvalu a ocenenie. Odkedy sa vrátil do civilu, nevie sa usadiť a začal mať nepretržité problémy s alkoholom. Teraz pracuje ako vedúci mladých odvážlivcov a veľa energie venuje pomoci mladým a vedeniu jaskyniarskych skupín. Vo voľných chvíľach sa venuje úprav a riadeniu automobilov. Žije v Bratislave.

Dobrovoľník 5: Pavol

Pavol má 42 rokov a je 6 rokov rozvedený. Jeho bývalá manželka je teraz šťastne vydatá. Narodil sa v Česku, ale momentálne žije v Poprade. Pavol pracuje ako výskumný pracovník v medicíne a je uznávaný ako svetová kapacita v liečení besnoty. Nedávno vyvinul nový druh nenákladnej liečby, ktorú je možné vykonávať samostatne. Väčšina výskumných údajov je ešte stále vo forme jeho pracovných poznámok. Žiaľ v posledných rokoch mal Pavol emocionálne problémy a dvakrát ho obvinili z exhibicionizmu, naposlasy pred 11 mesiacmi. Jeho koničkami sú vážna hudba, opera a golf.

Dobrovoľník 6: Eduard

Eduard má 59 rokov a väčšinu svojho života prežil na východe Slovenska, kde žije aj teraz. Je generálnym riaditeľom továrne na výrobu gumených remeníc do strojov. V továrnii pracuje 71 zamestnancov. V miestnej

spoločnosti má významné postavenie je aj poslancom obecného zastupiteľstva. Je ženatý, má dve deti, ktoré majú už svoje vlastné rodiny a odstáhovali sa do zahraničia. Eduard sa nedávno vrátil z Rakúska, kde bol zodpovedný za jednanie o kontrakte na dodávku veľkého množstva remeníc na obdobie 5 rokov. Ak bude tento kontrakt podpísaný, bude to znamenat' prácu pre ďalších 25 ľudí. Jeho koničkami sú zbieranie starožitných zbraní a po odchode do dôchodku má v úmysle napísat' knihu. Je futbalovým fanúšikom.

HRUBÝ VRCH

Inštrukcia

Návrat z hrubého vrchu v zime, koncom januára, ste sa vy, malá skupinka menej skúsených horolezcov, vybrali na pomerne tăžký výstup na Hrubý vrch (2 428 m). Výstup ste začali o 6.30 hod. Bolo pomerne oblačné počasie. Počas výstupu sa počasie zhoršilo a okolo desiatej začalo husto snežiť. Asi o 12.30 hod. ste sa po namáhavom výstupe dostali na snehovú plošinu približne 100 m pod vrcholom. Počasie sa natol'ko zhoršilo, že ste sa rozhodli nepokračovať vo výstupe, ale vrátiť sa. Pri príprave lán a výstroja na zlaňovanie sa vám uvoľnila skoba, na ktorej viseli vaše batohy s podstatnou časťou výstroja. Batohy sa zrútili dole. Zostalo vám len 15 uvedených predmetov. Tieto predmety máte usporiadajť do poradia podľa ich dôležitosti pre náročný zostup. Číslom 1 označíte ten najdôležitejší predmet, číslom 2 druhý najdôležitejší, atď. Číslom 15 označíte najmenej dôležitý predmet.

Pracovný list

Súčasti výstroja	Poradie (ja)	Poradie (skupina)	Kontrola	Rozdiel
lekárnička				
píšťalka				
spací vak				
1 pári mačiek (pripínajú sa na obuv) na osobu				
náramkové hodinky				
80 m horolezeckého lana				
8 zlaňovacích skôb s karabínami a horolezecké kladivo				
100 g čokolády na osobu				
kniha- turistický sprievodca				
250 g salámy				
400 g chleba na osobu				
baterka				
1 horolezecký čakan na osobu				
½ kg kockového cukru				
1 pári náhradných rukavíc na osobu				

Zoznam

1. 80m horolezeckého lana bezpodmienečne potrebné na zostup
2. 8 zlaňovacích skôb s karabínami a horolezecké kladivo nevyhnutné
3. 1 pár mačiek (pripínajú sa na obuv) na osobu nevyhnutné
4. 1 horolezecký čakan na osobu nevyhnutné
5. lekárnička pre prípad poskytnutia prvej pomoci
6. 1 pár náhradných rukavíc na osobu hrozba omrznutia rúk
7. baterka v prípade zníženej viditeľnosti a tmy
8. 100g čokolády na osobu okamžité doplnenie energie
9. spaci vak nutnosť nocovať v prírode
10. ½ kg kockového cukru doplnenie energie
11. 250g salámy zdroj energie
12. 400g chleba na osobu menej výdatný zdroj energie
13. náramkové hodinky presný čas
14. písťalka miesto je odľahlé, tazko ſou privoláte pomoc
15. kniha- turistický sprievodca využiteľná len ako papier

KROKODÍLIA RIEKA

Príbeh o Abigail

Abigail je krásna a milá dievčina z dolného brehu, zamilovaná do svojho priateľa, Georga, ktorý býva na hornom brehu. Jedného dňa ju príde list, v ktorom sa dozvie, že je George chorý. Ani chvíľu neváha a rozhodne sa ho navštíviť. Rieka, ktorá ich oboch od seba delí je veľmi nebezpečná, požiada teda ich spoločného priateľa Hansa, aby jej pomohol a previezol ju svojou lodou na druhý breh, keďže búrka zmietla most. Hans však pomôcť odmieta.

Premýšľa o inom variante a spomenie si, že na ich brehu žije námorník Sindibád, ktorý tiež vlastní lod'. Zájde za ním, vysvetlí mu svoju situáciu a poprosí ho o pomoc. Sindibád najprv nepočúva, potom chvíľu premýšľa a nakoniec súhlasí, ale iba pod podmienkou, že sa s ním Abigail bude milovať. Abigail súhlasí.

Hned', ako Sindibád prevezme Abigail na druhý breh, beží za Georgom. Ten je šťastný, že ho jeho milá navštívila. Ale Abigail je smutná. George sa opýta, čo ju trápi a ona mu celý svoj príbeh o Hansovi a Sindibádovi povie. George sa rozčuluje a Abigail vyhodí s tým, že ju už nikdy nechce vidieť.

Uplakaná Abigail sa túla okolo rieky, keď stretnie škaredého Hrbáča. Ten sa ju snaží utešiť a zistíť prečo je taká nešťastná. Keď vypočuje celý príbeh o Hansovi a Sindibádovi a o tom, ako reagoval George, keď mu Abigail povedala pravdu, rozhodne za Georgom íst'. Hrbáč mu v rozčúlení udelil pári výchovných faciek.

HOVOR SO MNOU. NECH VIEM KTO SOM!

Intelektuál - Som veľmi vzdelaný človek. Prosím, rozprávajte sa so mnou na dostatočnej úrovni! Používajte adekvátne cudzie slová!

Infantilný človek - Rozprávajte sa so mnou ako s malým dieťaťom. Používajte zdrobneniny, prosím!

Uponáhľaný človek - Veľmi sa ponáhľam! Prosím nezdržiajte ma a hovorte, čo najrýchlejšie!

Nedoslýchavý človek - Veľmi zle počujem. Nerozumiem bežným slovám. Hovorte pomaly, prosím!

LIEK NA AIDS

Formulár pre študentov

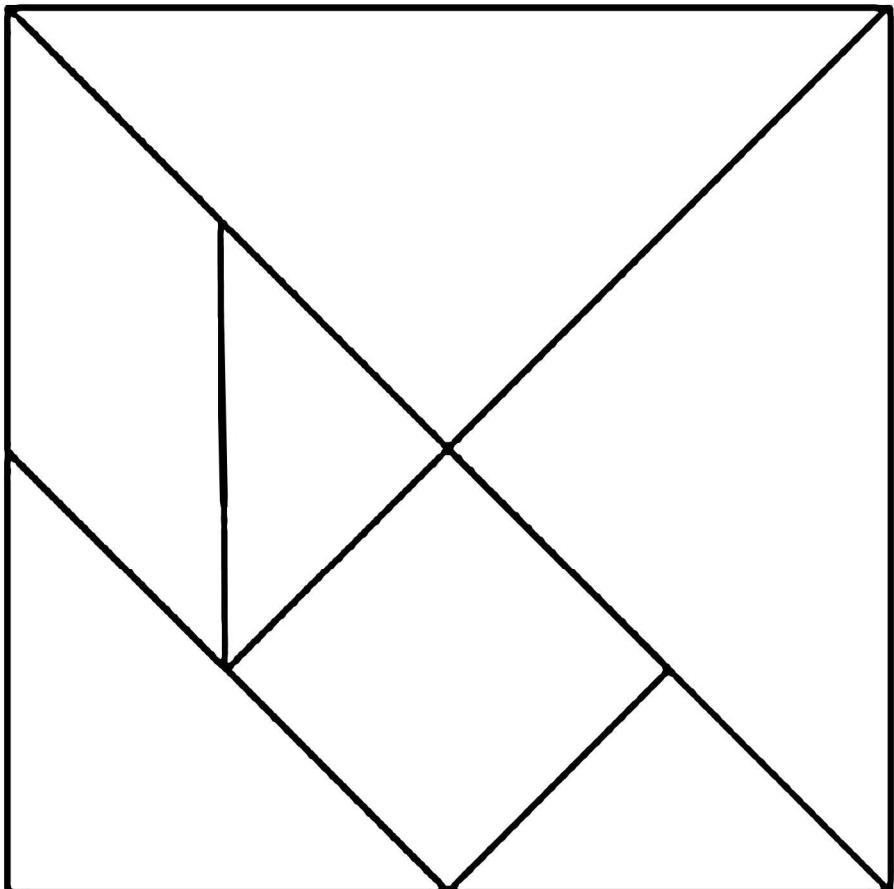
Meno	Vek	Zdravie	Spôsob prenosu	Zamestnanie	Rodina	Životný status
Kim	6 mesiacov	veľmi zlé				
Ahmed	35	zlý				
Naďa	22	dobrý				
Jessica	15	veľmi dobrý				
Peter	65	ani dobrý ani zlý				

Formulár so všetkými indíciami

Meno	Vek	Zdravie	Spôsob prenosu	Zamestnanie	Rodina	Životný status
Kim	6 mesiacov	veľmi zlé	matka	-	osamelá matka	dieťa iného etnika
Ahmed	35	zlý	transfúzia krvi	skladník	ženatý, 3 deti	životné minimum
Naďa	22	dobrý	zdieľanie ihiel	zdravotná sestra	nemá rodinu	stredná vrstva
Jessica	15	veľmi dobrý	sex	prostitúcia	matka + 2 bratia	bohatá rodina
Peter	65	ani dobrý ani zlý	análny sex	doktor	závislá manželka	dedina

TANGRAM

Šablóna tangramu



CHVÍĽA NA ROZPRÁVKU (B)

Červená čiapočka z pohľadu vlka

Mojim domovom bol vždy les. Prebýval som tam, cítil som sa pánom a hospodárom, staral som sa o všetko, čo sa v lese dialo. Snažil som sa, aby bol všade súlad a poriadok.

Jedného slnečného dňa, keď som upratoval odpadky, ktoré po sebe zanechal nejaký tulák, začul som náhle kroky. Začudoval som sa, pretože som v lese neočakával žiadnych hostí. Vystúpil som spoza stromu a zbadal som dievčatko s košíkom v ruke. Utekala dolu cestičkou medzi kríkmi. Zrazu sa mi začala zdať podozrivá: bola oblečená do akýchsi smiešnych šiat, celá červená, s čiapočkou na hlave, akoby nechcela, aby ju spoznali. Samozrejme, že som sa zastavil, aby som zistil, kto to je. Opýtal som sa jej, ako sa volá, kam ide, kde býva atď. A ona začala tancovať a zaspievala mi pesničku o tom, že ide k babičke, nesie jej obed, ktorý pripravila mamička. To všetko bolo veľmi sympatické a ona sama vyzerala na dobrého človeka, ale predsa sa objavila nepozvaná v mojom lese a navyše vyzerala podozrivo v tom podivnom oblečení. Rozhodol som sa, že jej dám ponaučenie, aby v budúcnosti viac premýšľala, kým sa rozhodne chodiť nepozvaná po lese a ešte v takých smiešnych šatách.

Dovolil som jej, aby išla svojou cestou, ale sám som rýchlo utekal skratkou k jej babičke. Uvidel som tam veľmi milú staršiu pani, ktorej som vyzoprával celý príbeh a vysvetlil jej, o čo mi ide. Stará pani súhlasila, že jej vnučke nezaškodí malé ponaučenie. Dohodli sme sa teda, že sa babička skryje a nevyjde z úkrytu, kým ju nezavolám. Sama vymyslela to, že sa skryje pod posteľ.

Vtedy som sa obliekol do nočnej košele a do čepca, ľahol som si do posteľ a prikryl sa dekou. V tej chvíli do chalúpky vošlo malé dievčatko, rozosmiate, s ružovými líčkami a hned povedalo čosi nepríjemné o mojich ušiach. Už predtým som bol nervózny z celej situácie a bolo mi to nepríjemné. Ale rozhodol som sa, že sa nenechám vyviest z rovnováhy. Zachoval som sa, ako som najlepšie vedel a povedal som jej, že mám veľké uši, aby som ju lepšie počul. Išlo mi o to (pretože som si tú malú v určitom zmysle oblúbil), že som chcel pozorne načúvať tomu, čo hovorí. Na to ma

opäť urazila, keď povedala niečo o mojich vypúlených očiach. Viete si predstaviť, ako som sa cítil a čo som si o tej malej začínať myslieť: že na prvý pohľad milé dievčatko v sebe ukrýva protivnú zlostnú osobu, ktorá zraňuje druhých ľudí. Ale aj naďalej som sa držal zásady, že keď t'a niekto udrie po lici, máš mu nastavíť druhé. A povedal som, že keď mám také veľké oči, môžem ju lepšie vidieť.

Ale v tej chvíli sa už moja trpeznost vyčerpala, jej ďalšia poznámka zaťala skutočne až do živého. Od detstva som sa hanbil, že mám také veľké zuby. Vždy som sa kvôli tomu ostýchal a robil som, čo som mohol, aby som ich skryl. A tá malá urobila akúsi urážlivú nepodarilo: Vyskočil som z posteľe a vyhŕkol som, že keď mám také veľké zuby, môžem ju teraz zjest. Pozrime sa pravde do očí - vlci v skutočnosti nejedia malé dievčatká, všetci to vedia. Ale tá bláznivá malá začala pobehovať po izbe, kričala, ako by ju na nože brali. A ja za ňou, pretože som ju chcel nejak upokojíť. Zhodil som to hlúpe babičkino oblečenie, ale to snáď len zhoršilo situáciu. V tej chvíli sa otvorili dvere ... a kto stál na prahu? Samozrejme polovník s tou svojou nerozlučnou puškou. Okamžite som pochopil, že by som mohol mať t'ažkosti. Kútikom oka som zaregistroval otvorené okno, vyskočil som na dvor a utiekol som.

To by bol koniec celej histórie. Bohužiaľ, stará pani nikdy nepovedala, ako to bolo z môjho uhla pohľadu. Rozniesla sa povest', že som v jadre zlý a veľmi nebezpečný chlapík. Všetci sa mi začali vyhýbať. Neviem, aký bol osud toho malého dievčatka v smiešnych červených šatôčkach, ale ja som od tej doby veľmi nešťastný.