



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Projekt OPVK CZ.1.07/1.2.12/03.0019

„Jde to i jinak-inkluzivní vzdělávání pro děti a mládež z DD“

METODIKA A METODICKÉ TEXTY

INKLUZÍVNÍ SYSTÉM VZDĚLÁVÁNÍ PRO PEDAGOGY A DĚTI

OBSAH

1. Cíle metodiky	3
2. Inkluzivní vzdělávání – účel, cíle, zásady, pravidla	3
3. Role a kompetence pedagogů a lektorů v inkluzivním vzdělávání	7
4. Struktura inkluzivního vzdělávání	9
5. Inkluzivní vzdělávání pedagogů pro rozvoj klíčových dovedností žáků v rámci projektu	10
6. Evaluace inkluzivního vzdělávání	25
<i>Příloha: Metodika přípravy divadla Fórum</i>	26

1. CÍLE METODIKY

Cílem této metodiky je poskytnout metodickou oporu realizačnímu týmu projektu a pedagogům k dosažení následujících cílů projektu:

- zvýšit sociální gramotnost a rozvinout sociální kompetence dětí z dětských domovů
- zlepšit jejich motivaci, socializaci a adaptaci na život mimo dětské domovy
- vytvořit podmínky pro lepší uplatnění dětí na trhu práce a ve společnosti po odchodu z dětského domova

Metodika popisuje, jakým způsobem bude dosaženo cílů projektu pomocí:

- zásad a pravidel inkluzivního vzdělávání
- využití zážitkové pedagogiky a zkušenostního zážitkové učení pro organizaci projektu
- struktury a metod inkluzivního vzdělávání pro organizaci zážitkových pobytových akcí
- evaluace efektivity inkluzivního vzdělávání a zážitkové pedagogiky pro dosažení cílů projektu

2. INKLUZIVNÍ VZDĚLÁVÁNÍ – ÚČEL, CÍLE, ZÁSADY, PRAVIDLA

Účel a cíle inkluzivního vzdělávání:

Podstatou inkluzivního vzdělávání je poskytnout všem dětem kvalitní vzdělání nezávisle na jejich schopnostech, individuálních zvláštěnostech, znevýhodnění nebo nadání a podpořit začlenění dětí se znevýhodněním do běžných školních kolektivů.

V rámci projektu bude tento účel naplňován kombinací různých metod práce s cílovou skupinou, které bude předcházet vzdělávání zapojených pedagogů v problematice inkluze, které bude následně prakticky aplikováno v samotné práci s cílovou skupinou dětí z dětských domovů a dětí z funkčních rodin.

Cíle inkluzivního vzdělávání:

- naučit pedagogy pracovat s cílovou skupinou dětí z dětských domovů a dětí z funkčních rodin pomocí metod zážitkové pedagogiky, která slouží k rozvoji klíčových sociálních kompetencí dětí
- rozvinout sociální kompetence pedagogů pro práci s cílovou skupinou
- naučit pedagogy pracovat s multimediální technikou tak, aby oni sami byli schopni naučit děti z cílové skupiny pracovat s fotoaparáty, videokamerou, stříhacími programy, pomocí kterých budou děti samostatně zpracovávat své zážitky ze společné práce v projektu (*metodika výuky pedagogů pro práci s multimediální technikou a výuku žáků je řešena samostatně*)

Zásady a pravidla inkluzivního vzdělávání:

Pro rozvoj potřebných kompetencí žáků zařazených do projektu (viz níže) jsou využity přístupy **zážitkové pedagogiky**, která je založena na tzv. *zážitkovém zkušenostním učení*. Toto učení vychází z toho, že důkazem, že se člověk něco skutečně naučil je to, že je schopen získané poznatky využívat ve své praxi k řešení reálných situací a dosáhnout tak měřitelných přínosů.

Zážitkové učení využívá učení prostřednictvím zážitku, prožitku, učení na základě vlastní zkušenosti. Vytváří situace, které žákovi umožňují odhalit nové oblasti, dosáhnout vědomosti, získat zkušenosti a možnosti poučení.

V klasickém pedagogickém přístupu je pedagog expertem, který předává své vědomosti žákům. Úlohou žáka je, aby poznatek pochopil, přijal, zapamatoval si ho a promítl ho do svého jednání. V procesu učení je primární aktivita učitele, zatímco žák jen více či méně pasivně přijímá poznatky.

Oproti tomu je **zážitkové učení** založeno na aktivitě žáka, aktivní role pedagoga a žáka se střídá a prolíná. Při vlastním zážitku pedagog ustupuje do role pozorovatele. Žák přejímá osobní odpovědnost za výsledky učení, mezi pedagogem a žákem vzniká vyvážená spolupráce.

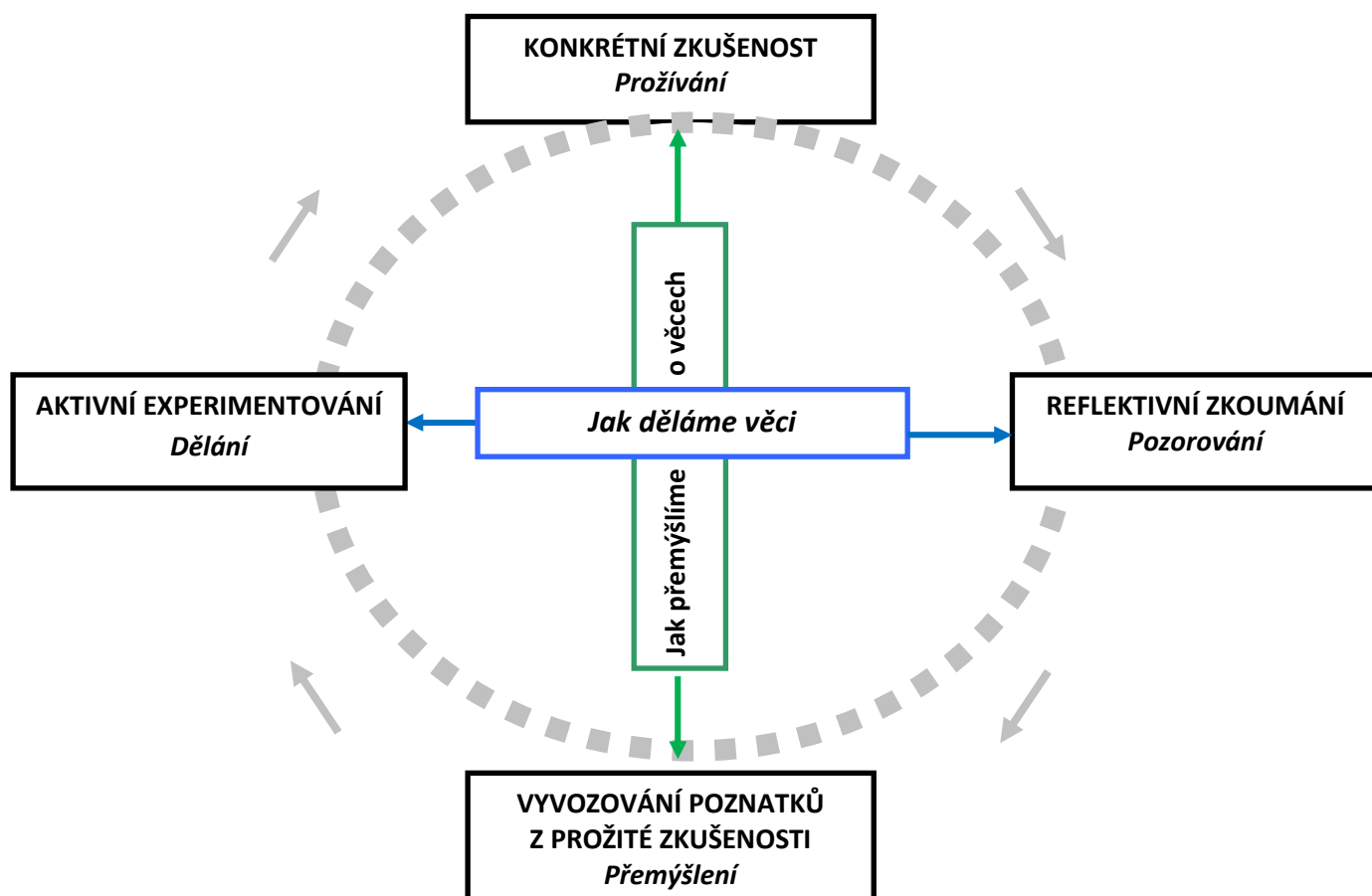
Pro využití zážitkového učení je důležité, abychom žákům zprostředkovali konkrétní zážitky a zkušenosti, ze kterých se mohou sami poučit, prostřednictvím her, pokusů a tvořivé činnosti. Pokud se do praktické činnosti sami zapojí a budou ji považovat za zábavnou, je předpoklad, že si více a déle zapamatují, což dokládá **Dalova pyramida učení**, podle níž si lidé pamatují:

- 10 % z toho, co čtou
- 20 % z toho, co slyší
- 30 % z toho, co vidí
- 50 % z toho, co slyší a vidí
- 70 % z toho, co řeknou a napíší
- 90 % z toho, co udělají

V zážitkových hrách a aktivitách, na kterých je postaven projekt, se žáci setkávají s různými situacemi, se kterými v běžném životě mnohdy zápasí. Mají možnost získat zkušenost, jak v podobných situacích jednat, dále mají možnost uvědomit si své reakce ve vypjatých situacích, které bývají často nečekaně překvapivé, a umožňují jim nahlédnout hlouběji do svého já.

Tím, že problémy v různých zážitkových hrách a aktivitách mohou být náročnější než v běžném životě, si tak rozvíjí žáci svoji odolnost, posunují své hranice bezpečí a získávají zdravé sebevědomí. Řešení náročných úkolů umožňuje rozvoj všech klíčových dovedností, o kterých jsme se zmiňovali výše, jako např. kreativity, týmové spolupráce, komunikativních dovedností, sociálního citění, a dalších kompetencí, potřebných v každodenním životě.

Zážitkové zkušenostní učení je založeno na 4 fázích, jak ukazuje následující obrázek:



1. **KONKRÉTNÍ ZKUŠENOST** – v této fázi připravíme pro žáky praktickou aktivitu, hru, cvičení, hraní rolí, poznávací aktivitu cílené na konkrétní kompetence, při kterých mají možnost něco aktivně prožít.
2. **REFLEKTIVNÍ ZKOUMÁNÍ** – v této fázi vedeme žáky ke zpětnému pohledu na prožitou aktivitu a rozebíráme s nimi, jak daný problém řešili, jak se u toho cítili, co jim pomohlo nebo naopak bránilo, jak jej mohli řešit lépe. Reflexe pomáhá systematizovat zkušenost a zážitek, včlenit je do struktury stávající zkušenosti a tím obohatit prožívání a jednání do budoucna. Žáci by si během reflexe měli uvědomovat, co se s nimi během aktivity dělo, jak se cítili, co jim pomohlo apod. Jak se jim vedlo jako skupině při plnění akce, kde viděli během organizace obtíže a kde naopak ne.
3. **VYVOZENÍ POZNATKŮ Z PROŽITÉ ZKUŠENOSTI** – v této fázi se snažíme formulovat spolu se žáky obecnější závěry – „teorii“, která jim pomůže s řešením konkrétních situací a přenosu získaných zkušeností do jejich vlastní praxe.
4. **AKTIVNÍ EXPERIMENTOVÁNÍ** – v této fázi zkusíme se žáky využít „teorie“ v praktických podmínkách.

Zásady inkluzivního vzdělávání dětí v projektu projektu:

- vzdělávat tak, aby děti „nepoznaly“, že jsou vlastně vzdělávány
- každá zážitková pobytová akce má své „téma“ a scénář, na kterém se spolupodílí realizační tým, pedagogové i děti
- střídání různých zážitkových aktivit a metod učení jako jsou: sebezpoznávací, týmové a tvořivé hry, hraní rolí v divadelních představeních, diskusní skupiny, poznávací „výšlapy“, výuka lyžování, snowboardingu, geocachingu, raftingu, pobyty na dětských domovech a v rodinách
- zařazení relaxačních aktivit, sportovních aktivit a řízené zábavy – koupání, saunování, výuka lyžování a snowboardingu, nintendo, karaoke, diskotéka, bowling, karneval, kasino
- všechny aktivity jsou průběžně dokumentovány jak realizačním týmem tak zejména zúčastněnými dětmi pomocí fotografií a videozáznamů, které budou sloužit pro zpracování výstupů z projektu, autentickému vyjádření dětí k problematice inkluze a zachycení praktických konkrétních aktivit, které slouží k přiblížení světa dětí z dětských domovů a klasických rodin
- z každé aktivity je pořízena zpětná vazba ze strany všech zúčastněných, která slouží k zachycení silných a slabých stránek, hledání příležitostí pro zlepšení do příštích aktivit a transferu získaných zkušeností do reálného života dětí

Inkluzivní vzdělávání je zaměřeno na rozvoj následujících klíčových sociálních kompetencí žáků, jako jsou:

- proč má smysl chodit do školy a dál se vzdělávat
- jak si lépe uvědomovat sám sebe, vlastní hodnotu a odpovědnost za vlastní život
- jak efektivně zvládat krizové situace, problémy a stres
- jak se bránit manipulaci
- jak dobře vycházet s druhými a předcházet konfliktům
- jak se uplatnit v týmu
- jak si vybudovat funkční rodinu

Pravidla pro inkluzivní vzdělávání v projektu:

- ✓ Chválit děti a posilovat jejich vlastní i vzájemnou úctu a respekt
- ✓ Důvěřovat v jejich schopnosti
- ✓ Vytvářet prostor k volbě činnosti a samostatnému řízení
- ✓ Vytvářet prostor k vyjádření individuálních názorů
- ✓ Rozvíjet tvořivé myšlení
- ✓ vést k hledání kompromisů a společných řešení v týmu
- ✓ vést děti s humorem a mít k nim vřelý vztah
- ✓ Zadávat dětem během projektu úkoly, jejichž plnění bude reálné, ale bude potřeba, aby vynaložily zvýšené úsilí

3. ROLE A KOMPETENCE PEDAGOGŮ A LEKTORŮ V INKLUZIVNÍM VZDĚLÁVÁNÍ

Ke **klíčovým rolím** pedagogů a lektorů v rámci inkluzivního vzdělávání dětí zařazených do projektu patří:

- i. *Výběr a příprava dětí z dětských domovů a rodin na účast v projektu*
- ii. *příprava a organizace vzájemných návštěv dětí z dětských domovů a rodin*
- iii. *multimediální výuka vybraných dětí do projektu*
- iv. *příprava scénářů jednotlivých zážitkových pobytových akcí*
- v. *průběžné vyhodnocování a zpětná vazba ze zážitkových pobytových akcí*

Rozvoj sociálních kompetencí pedagogů působících v inkluzivním vzdělávání:

Pro úspěšné zvládnutí inkluzivního vzdělávání dětí z dětských domovů a funkčních rodin v rámci projektu je důležité, aby pedagogové měli nebo rozvíjeli následující kompetence:

Akceptování osobnosti žáků (kolegů i rodičů)

- Akceptovat znamená přijímat každého takového, jaký je. To ovšem neznamena souhlasit se vším, co dělá, ale oddělit chování a projevy jedince od vlastností jeho osobnosti. V praxi to znamená na nepovedený úkol reagovat spíše slovy: „*Tento úkol se ti nepodařilo splnit*“ než „*Ty jsi nešikovný!*“

Autenticita a otevřenost projevů pedagoga ve vztahu k žákům

- Otevřeně projevovat své emoce, názory a postoje pomáhá žákům orientovat se v chování pedagoga. Důležitá je forma projevu – pedagog může dát najevo své rozčilení, ale musí se vyhnout afektivnímu výbuchu zlosti. Pedagog je modelem, který působí na utváření sociálních dovedností žáků.

Empatie, vcítění se

- Umět se vcítit do světa žáků (*kolegů i rodičů*), být empatický k jejich potřebám i přáním, akceptovat je a být přitom sám sebou

Naslouchání

- Základem úspěšné komunikace mezi lidmi je schopnost vzájemně naslouchat. Při skutečném naslouchání nejde jen o příjem informací, ale o pochopení jejich významu. Aktivně naslouchat (nejen se tvářit, že naslouchám) umožňuje lépe porozumět podstatě sdělovaných obsahů a zároveň i důvodům, proč druhý říká, to co říká a jaký tomu přisuzuje význam.

Podporování sebekontroly žáka

- Sebereflexe, sebekontrola, sebeovládání vytvářejí důležité podmínky pro úspěšné zvládnutí různých sociálních interakcí a vztahů. Prakticky všechny dlouhodobé a intenzivní vztahy, vyžadují sebeovládání a sebekontrolu. V případě žáků z DD a funkčních rodin je to o to složitější, že procházejí složitými vývojovými změnami.

Porozumění neverbálním projevům

- Neverbální projevy jsou významnou součástí vzájemných interakcí a komunikace, často se chováme podle toho, jak tyto projevy u druhého „přečteme“. Neverbální komunikaci a dovednost žáka rozumět jednotlivým projevům může pedagog rozvíjet. A pokud možno nekomplikovaně – např. ironizování lidí, věcí, problémů – může děti mást, protože tomu nerozumějí. Potřebují totiž vnímat soulad mezi tím, **co** pedagog říká a **jak** to říká (jak se u toho tváří).

Respektování a tolerování odlišného pohledu na projevy interakcí

- Složitá síť interakcí na dětských domovech, ve škole i rodině, různorodost materiálního i sociálního světa, ve kterém se žáci pohybují, vyžaduje poskytovat dětem model tolerantního pohledu, ukazovat jim různé náhledy na svět, pomáhat se v nich orientovat a společně zvažovat „příčiny i důsledky“ různých pohledů.

Rozvíjení odpovědnosti žáků za sebe sama i za sociální svět, ve kterém se žáci pohybují

- Rozvíjení odpovědnosti souvisí s tím, že žáci mohou spolurozhodovat o tom, co se ve škole, na dětském domově, v projektu děje a v důsledku toho poznávat, že každý více či méně ovlivňuje sociální prostředí, ve kterém žije.

Rozvíjení zdravé sebedůvěry ve vlastní možnosti každého z žáků

- Poskytnout každému žákovi zkušenost, že v určité oblasti něco umí, zná a dovede. Jsou žáci, u kterých je snadné podpořit sebedůvěru v sebe sama, jsou žáci, u kterých je potřeba spíše „krotit“ jejich bezmeznou sebedůvěru a jsou žáci, pro které je důležité, aby jim pedagog pomohl najít to, kde si mohou věřit, kde jsou dobří.

Rozvíjení sebejistého vystupování, asertivního otevřeného vyjadřování pozitivních i negativních prožitků a pocitů

- Asertivní sebejisté chování je takové, kdy umíme prosadit své požadavky, potřeby a nároky přiměřenými prostředky, tzn. bez zbytečného ubližování druhým a s pocitem zachované sebeúcty a důstojnosti vůči sobě. V asertivitě nejde o bezohledné prosazování vlastních zájmů nebo ustupování druhým: „raději budu mlčet, abych se ho něčím nedotknul“. Chovat se asertivně jak v roli pedagoga, tak i žáka znamená učit se být vnímavý k sobě, k tomu co cítím, nebát se tyto své pocity projevit a pokoušet se svá přání a požadavky prosazovat bez zbytečné agresivity nebo naopak pocitu viny.

Umění pochválit a poskytnout uznání

- Potřeba uznání patří k základním životním potřebám každého člověka. Její neuspokojování vede ke ztrátě sebedůvěry, frustraci a deprivaci. Proto je pro pedagoga důležité, aby aktivně hledal příležitost pro pochvalu každého žáka a „snažil se žáky přistihnout při tom, když dělají něco dobře!“

Vedení ke spolupráci

- Pracovní a sociální prostředí ve škole, na projektu je jedinečnou příležitostí, jak poskytnout žákům příležitost naučit se týmově spolupracovat, podporovat jedince ve prospěch celé skupiny. Učit žáky týmové práci je cenným vkladem do jejich profesního života, protože schopnost týmové spolupráce je v dnešním světě práce považovaná za klíčovou!

Zvládání konfliktních situací

- V síti složitých vztahů na dětském domově, v rodině, ve škole se konflikty nutně objevují a záleží na sociálních dovednostech pedagogů i žáků, budou-li využity k rozvoji těchto vztahů nebo budou-li vzájemné interakce komplikovat nebo dokonce „bořit“.

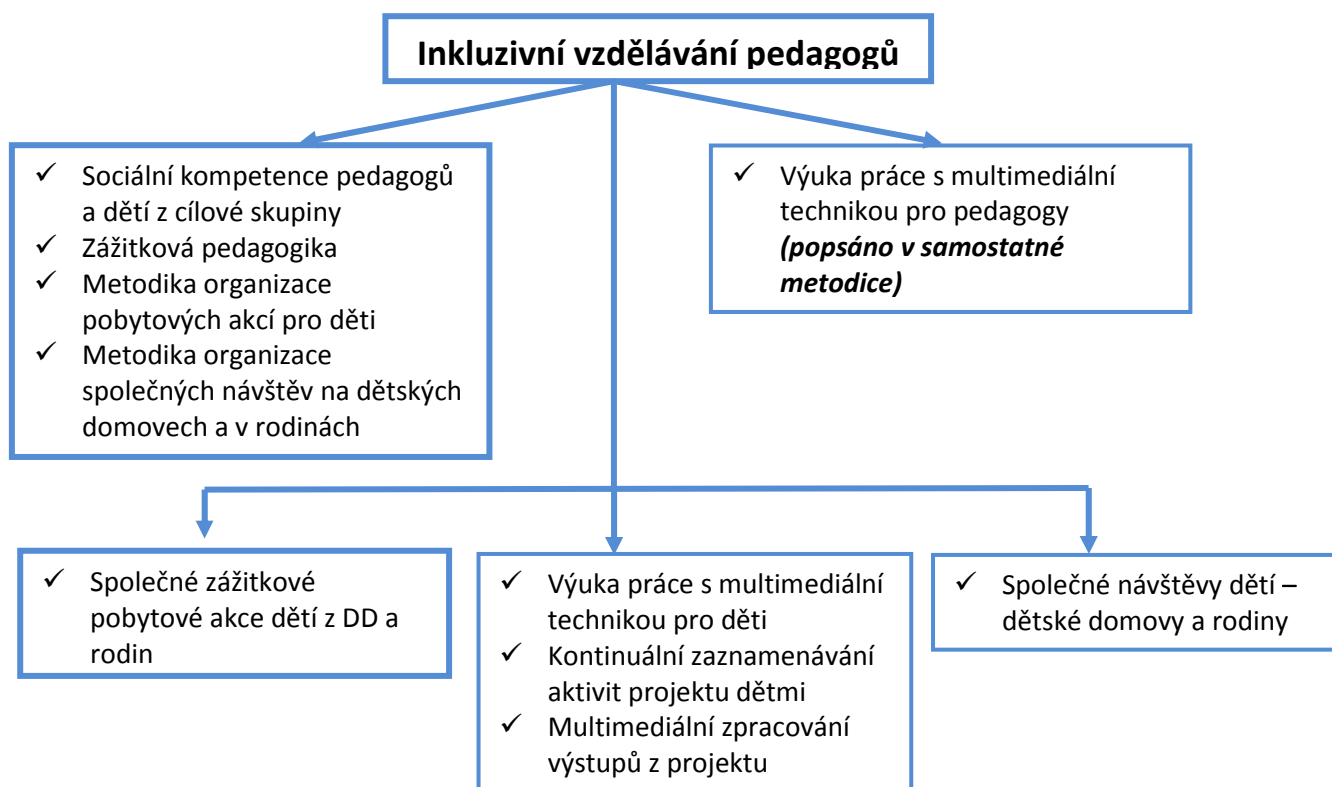
Poskytování konkrétní konstruktivní zpětné vazby, kritizování

- Až příliš často je možné slyšet věty typu: “S tebou je to těžké ...ty prostě nic nechápeš...to nemůžeš někdy trochu přemýšlet?” To jsou zobecnění, které žáka jen těžko mohou vést ke změně chování. Jde spíš o manipulaci, která vede k pocitům viny a nejistoty. Jestliže má být naše kritika únosná a přijatelná, je nutné jasně říct, co se nám nelíbí a co vlastně po žákovi chceme, v čem chceme, aby se změnil a co má příště udělat. Konstruktivně poskytnutá zpětná vazba víc vede ke změně a motivuje ke zlepšení než destruktivní sdělení typu: „Jsi lajdák a lajdákem stejně zůstaneš“, které demotivuje, ponižuje a bere chuť s tím něco dělat.

Rozvoj environmentálního („eko“) myšlení

- rozvíjet pozitivní mezilidské vztahy a úctu k životu druhého člověka a k životnímu prostředí
- vzbudit v žácích touhu poznávat a podpořit přirozený a šetrný vztah k přírodě
- rozvíjet u žáků schopnost jednání v souladu s právními normami a s důrazem na právní odpovědnost jedince při ochraně životního prostředí
- prosazovat zdravý životní styl u žáků
- zajistit znalost žáků o ekologii a důsledcích ničení životního prostředí a rozvinout jejich schopnost rozpoznat negativní jevy ve svém životě a svém okolí v rámci svých možností je řešit
- naučit žáky jak se chovat „ekologicky“ a uvědomovat si vlastní roli a odpovědnost za stav přírody a životního prostředí

4. STRUKTURA INKLUZIVNÍHO VZDĚLÁVÁNÍ V PROJEKTU



Uvedená struktura je dále detailně popsána v kapitole 5 této metodiky.

5. INKLUZIVNÍ VZDĚLÁVÁNÍ PEDAGOGŮ PRO ROZVOJ KLÍČOVÝCH DOVEDNOSTÍ ŽÁKŮ V RÁMCI PROJEKTU

Cíl vzdělávání:

Tato aktivita je určena sekundární cílové skupině projektu – pedagogickým pracovníkům z DD, kteří pro úspěšnou práci a inkluzivní vzdělávání dětí potřebují, kromě odborných pedagogických dovedností, také sociální kompetence (viz kapitola 3), pomocí kterých formují klíčové sociální kompetence dětí pro jejich adaptaci a úspěšnou socializaci.

Vzdělávání pro pedagogické pracovníky zařazených do projektu má časovou dotaci 24 hodin s následujícím zaměřením a obsahovou a časovou strukturou:

MODUL	ČASOVÁ DOTACE
I. Inkluzivní vzdělávání pro rozvoj klíčových sociálních kompetencí dětí: <ul style="list-style-type: none">- zásady a pravidla pro inkluzivní vzdělávání dětí v projektu- sebeuvědomění a sebepoznání- aktivní zvládnání krizových situací, problémů a stresu- asertivní chování a obrana před manipulacemi- jak dobře vycházet s druhými a předcházet konfliktům- jak se uplatnit v týmu- environmentální myšlení a chování	12 hodin
II. Zážiteková pedagogika, metody a jejich využití při organizaci společných pobytových akcí dětí: <ul style="list-style-type: none">- zásady zážitkové pedagogiky- metody zážitkové pedagogiky- příprava struktury a scénářů jednotlivých pobytových akcí postavených na zážitkové pedagogice- rozvoj environmentálního myšlení a chování	8 hodin
III. Společné návštěvy dětí v dětských domovech a rodinách <ul style="list-style-type: none">- zásady, organizace a náplň společných návštěv	4 hodiny

I. Modul - Inkluzivní vzdělávání pro rozvoj klíčových sociálních kompetencí dětí:

Cíle modulu:

- rozšířit své znalosti inkluzivního vzdělávání a naučit se aplikovat zásady a pravidla při práci s cílovou skupinou dětí z dětských domovů a rodin v projektu
- naučit se efektivně rozvíjet klíčové sociální kompetence cílové skupiny dětí během projektových aktivit

Rozsah modulu: 12 hodin

Obsah modulu:

1. Lekce: Zásady a pravidla inkluzivního vzdělávání a jejich aplikace pro práci s dětmi v projektu:
Cíl lekce: <ul style="list-style-type: none"> - společně v týmu pedagogů připravit zásady a pravidla inkluzivního vzdělávání dětí, kterými se budou řídit při práci s dětmi v projektu
Rozsah: 2 hodiny
Obsah: Zásady inkluzivního vzdělávání: <ul style="list-style-type: none"> - vzdělávat tak, aby děti „nepoznaly“, že jsou vlastně vzdělávány - každá zážitková pobytová akce má své „téma“ a scénář, na kterém se spolupodílí realizační tým, pedagogové i děti - střídání různých zážitkových aktivit a metod učení jako jsou: sebezpoznávací, týmové a tvořivé hry, hraní rolí v divadelních představeních, diskusní skupiny, poznávací „výšlapy“, výuka lyžování, snowboardingu, geocachingu, raftingu, pobyty na dětských domovech a v rodinách - zařazení relaxačních aktivit, sportovních aktivit a řízené zábavy – koupání, saunování, výuka lyžování a snowboardingu, nintendo, karaoke, diskotéka, bowling, karneval, kasino - všechny aktivity jsou průběžně dokumentovány jak realizačním týmem tak zejména zúčastněnými dětmi pomocí fotografií a videozáznamů, které budou sloužit pro zpracování výstupů z projektu, autentickému vyjádření dětí k problematice inkluze a zachycení praktických konkrétních aktivit, které slouží k přiblížení světa dětí z dětských domovů a klasických rodin - z každé aktivity je pořízena zpětná vazba ze strany všech zúčastněných, která slouží k zachycení silných a slabých stránek, hledání příležitostí pro zlepšení do příštích aktivit a transferu získaných zkušeností do reálného života dětí Pravidla pro inkluzivní vzdělávání dětí v projektu <ul style="list-style-type: none"> - Chválit děti a posilovat jejich vlastní i vzájemnou úctu a respekt - Důvěřovat v jejich schopnosti - Vytvářet prostor k volbě činnosti a samostatnému řízení - Vytvářet prostor k vyjádření individuálních názorů - Rozvíjet tvořivé myšlení - vést k hledání kompromisů a společných řešení v týmu - vést děti s humorem a mít k nim vřelý vztah - Zadávat dětem během projektu úkoly, jejichž plnění bude reálné, ale bude potřeba, aby vynaložily zvýšené úsilí
Metody výuky: brainstorming, výklad, skupinová diskuze
Výstup lekce: Příprava aktivit pro pobytové akce dětí pro sdílení a výměnu jejich názorů na odlišnosti života v dětských domovech a rodinách (diskusní klub, divadlo apod.)

2. Lekce: Rozvoj kompetence SEBEUVĚDOMĚNÍ A SEBEPOZNÁNÍ
Cíl lekce: <ul style="list-style-type: none"> - posilovat u cílové skupiny žáků schopnost sebezpoznání, sebeuvědomění a sebereflexe vlastního chování během projektových aktivit
Rozsah: 2 hodiny
Obsah: Co je sebeuvědomění <ul style="list-style-type: none"> - schopnost vnímat své tělo, emoce a pocity - projevy sebeuvědomění v pubertě - negativismus, snaha o samostatnost (a to i v oblastech, které dítě

ještě samo zvládat nemůže), výbuchy vzteku a potřeba otestovat své možnosti i hranice svého chování.

Co je sebepoznání

- Poznávat sebe sama znamená učit se rozumět tomu, co se myšlenkově i pocitově odehrává uvnitř mého nitra a co v daný okamžik v jakékoliv konkrétní situaci v běžném životě cítím (POCIT), myslím (MYŠLENKA) a jaký postoj (PŘESVĚDČENÍ) v dané situaci vytvářím.
- sebepoznání nám pomáhá k lepšímu porozumění životu a pochopení druhých lidí a vytváří tak podmínky pro vytváření dobrých vztahů a úspěch v životě
- Sebepoznání učí, že člověk je zodpovědný za to, čím je a čím se stane

Jak se vidím já, jak mě vidí druzí

Johari okno:

Veřejná oblast obsahuje především ty vlastnosti, způsoby chování a motivaci, která je známá mně i ostatním.

Slepá oblast vyjadřuje to, že já o některých svých vlastnostech a způsobech chování nevím, jsou však viditelné z pohledu druhých.

Skrytá oblast vyjadřuje to, že já o něčem vím, ale před ostatními se to snažím z různých příčin skrývat

Neznámá oblast vyjadřuje to, že jisté skutečnosti nejsou známé mě ani ostatním lidem.

Jak vést děti ke zvyšování sebeuvědomění a sebepoznání

- podporujte je, aby si vážily sebe sama, uvědomovaly si své silné a slabé stránky s využitím Johari okna.
- vedte je k optimismu, aby viděly vše z té lepší stránky.
- vedte je k tomu, aby byly sami k sobě upřímné.
- učte je poznávat své emoce a všimát si svých reakcí na nejrůznější situace
- učte je naslouchat druhým.
- podporujte je v tom, aby se snažily dozvědět se a porozumět tomu, jak působí na druhé.

Praktický nácvik technik sebepoznání dětí pro projektové aktivity

- osobní vizitka - na 1. pobytové setkání si každý připraví sebe prezentaci: kdo jsem, v čem jsem dobrý, co mě zajímá, o čem přemýšlím, co nabízím ostatním dětem
- SWOT analýza – moje silné a slabé stránky, příležitosti pro rozvoj, ohrožení
- poskytování vzájemné zpětné vazby ke každé týmové aktivitě v projektu: co se mi na tobě líbilo, co bych se chtěl od tebe naučit, co se mi naopak nelíbilo, co mi vadilo, jaké to mělo na mě dopady, co ti doporučuji nedělat a proč

Metody výuky: brainstorming, výklad, skupinová cvičení, sebepoznávací testy

3. Lekce: Rozvoj kompetencí

AKTIVNÍ ZVLÁDÁNÍ KRIZOVÝCH SITUACÍ, KONFLIKTŮ A STRESU ASERTIVNÍ CHOVÁNÍ A OBRANA PŘED MANIPULACEMI

Cíl lekce:

- naučit pedagogy jak pomáhat žákům otevřenému vyjadřování vlastních pocitů, potřeb a názorů bez škodlivých manipulací s druhými lidmi nebo potlačování vlastních pocitů a potřeb na úkor druhých pomoc dětem lépe zvládat nejrůznější krizové situace a vyrovnávat se se stresem

Rozsah: 6 hodin

Obsah:

Co je asertivita a proč je důležitá:

- V raném věku je asertivita docela přirozenou věcí. Dítě si umí dobře prosadit, co chce, nebo odmítnout, co naopak nechce, a své pocity dává zřetelně najevo. Až později jsou u něho výchovou vytvářeny vnitřní zábrany, korektivy toho, co se má a smí. Někdy jsou k tomu požívány metody manipulace: „Když budeš

tak zlobit, tak tě maminka nebude mít ráda“, „Ty zkazíš, na co sáhneš“apod. Manipulace je navozování pocitů viny nebo úzkosti v druhé osobě s cílem dosáhnout vlastních cílů. Chybění asertivity způsobuje korozi mezilidských vztahů.

- asertivita znamená chovat se tak, abychom se nad nikým nepovyšovali, ani před nikým neponižovali
- asertivita pomáhá předcházet konfliktům v mezilidských vztazích a bránit se manipulacím ze strany druhých lidí

Typy chování – pasivita, agresivita, asertivita

Pasivně jednající člověk

- nedovede jasně sdělit svá přání a potřeby. Stejně je ovšem „bezbranný“ vůči požadavkům druhých. Chybí mu jistota v jednání. Není odolný vůči manipulativním trikům. Stačí, aby v projevu druhé strany byla špetka kritiky, a místo toho, aby trval na svém, začne se sám omlouvat. Neúspěchy ještě snižují jeho nepřilíživě silné sebevědomí. Někdy se snaží situaci zvládnout manipulací druhými, což ovšem není ve své podstatě nic jiného než rafinovaně skrytá agrese. Ne každé vyhovění druhé straně či vzdání se vlastních cílů je však projevem pasivity! Člověk se může svobodně rozhodnout, zda mu určitá věc stojí za úsilí, které by si vyžádala, stejně tak má právo být k druhým velkorysý. Pak vlastně tím, že ustoupí, realizuje své přání.

Agresivně jednající člověk

- se prosazuje na úkor jiných. Nedbá na jejich práva a oprávněné požadavky. Ponižuje a sráží sebedůvěru ostatních lidí. Někdy sice dosáhne svého, ale lidé mají k němu rezervovaný, často záporný vztah. Agresivně jednající člověk dosáhne často jediného – dočasně se zbaví napětí. Dochází tu vlastně k záměně cílů – místo toho, aby dosáhli svého, jsou spokojeni, že pokořili partnera. Nechybí jim sebevědomí či spíše pseudosebevědomí. Všechny své nezdary musí proto sami pro sebe přeměnit na úspěch. Agrese není jen fyzické napadení či silná a hlasitá slova. Agresivně působí také sarkasmus a ironizování, ale i tiché, někdy až přesládlé sdělení, které není k věci, jen degraduje osobu, které je určeno.

Asertivně jednající člověk

- dokáže přesně a jasně definovat, o co mu jde, jak situaci vidí, co si o ní myslí a jak ji prožívá. Má pozitivní postoj k druhým lidem i přiměřené sebevědomí. Jeho vystupování je klidné, člověk celkově působí uvolněným dojmem – tedy jak jeho slovní, tak i mimoslovní projev je bez jakéhokoliv napětí. Mluva je vždy přiměřeně hlasitá a srozumitelná, tempo řeči rovnoměrné. Oční kontakt je přímý. Umí rozpoznat a ubránit se manipulaci.

Při rozvíjení schopnosti asertivního jednání nám tedy jde o rozvoj tzv. „3P“:

Poznání – rozeznání příslušných pocitů a potřeb v sobě

Projevení – vyjádření vlastních pocitů, stavů, potřeb, názorů a schopnosti vnímat je i u druhých lidí

Prosazení – sebejisté neagresivní prosazení vlastních požadavků a přání

Asertivní dovednosti - nácvik jednotlivých asertivních dovedností

KOMPLIMENTY:

Umění chválit a pochvalu přijímat je jen zdánlivě jednoduchá dovednost, která souvisí s pozitivním postojem k sobě samému, se schopností pochválit se, ocenit sám sebe. Neschopnost pozitivního vztahu k sobě těsně souvisí s různými depresivními stavy. Obtížnost spočívá v požadavku vyjádřit svou pochvalu zcela upřímně, což může více či méně znamenat riziko, že náš kompliment nebude přijat, že budeme odmítnuti. To nás může tlačit spíše k ironické pochvalě, kdy sami zůstáváme bezpečně skryti a neriskujeme. Za planými a více nebo méně vtipnými komplimenty se skrývá nejistota a neschopnost sebeotevření.

Nácvik ve skupině:

Posaďte skupinu do kruhu a vyzvěte, aby každý postupně projevil svému sousedovi nahlas nějaký kompliment. Ihned je možné opravovat způsob a obsah. Můžete použít i nějaký předmět, např. balónek: Komu jej hodím, toho oslovím a řeknu mu svou pochvalu.

Další varianty:

- a) Komu jej hodím, ten řekne nějaký kompliment mně.
- b) kdo dostane balónek, řekne sám o sobě něco pěkného
- c) kompliment, který dostaneme od druhého, zopakujeme

PŘIJÍMÁNÍ KRITIKY A KRITIZOVÁNÍ DRUHÝCH:

Většinou nám nedělá problém rozeznat, že jsme kritizováni. Mnohdy za kritiku považujeme už i to, když druhý má odlišný názor. Když zaregistrujeme kritiku, je vhodné si nejdřív uvědomit, jaké máme při tom pocity a jestli chceme vůbec reagovat. První pocity se většinou týkají zhodnocení, je-li kritika oprávněná, či ne. Často se nám stává, že při kritice ji hned začneme vyvracet, vysvětlovat, odvádět pozornost, zdůrazňovat jiné stránky věci, napadat druhého. Výsledkem pak bývá větší napětí.

Nácvik ve skupině:

a) Přijímání kritiky

Posaďte skupinu do „účka“. Postupně nechejte střídat jednotlivé účastníky v roli napadeného, který si stoupne do čela a ostatní jej co nejostřeji kritizují a napadají. Napadený má za úkol zůstat klidný a jen zopakovat a přisvědčovat tomu, co mu řekli ostatní:

„Jsi úplně nemožný hlupák“ Ano je to tak, jsem úplně nemožný hlupák“ atp.

Při nácviku nejde o to, jestli je kritika oprávněná nebo neoprávněná, ale o to, učit se odstupu od obecně nepříjemné a bolestné situace. Jako vedoucí musíte umět odhadnout, kolik skupina i každý účastník vydrží. Na závěr tohoto cvičení vyzvěte účastníky, aby se vzájemně chytli kolem ramen, usmívali se na sebe a dávali najevo, že k sobě všichni patří, abyste setřáslí napětí, které při cvičení mohlo vzniknout.

Pak s nimi proberte vhodné reakce na kritiku:

1) Oprávněná kritika:

- Nejdřív vyjádři své pocity: „Ano, to mě mrzí...to mě štve...to jsem opravdu nechtěl...“
- Potom přejdi k tomu, jestli s tím chceš něco dělat: „Hmm, tak já to příště udělám jinak“

2) Neoprávněná kritika:

- Nejdřív vyjádři své pocity: „Ne, já to vidím jinak...nebylo to tak a štve mě, že to říkáš ... překvapuje mě to“
- Navrhni uzavření: „Chtěl bych to znovu trochu probrat...Je ještě něco, čím jsem tě naštvál“... Pomohl bys mně s tím prosím?...
- Když cítíš, že bys reakci nezvládl, tak raději odejdi s poznámkou: „Možná by se o tom dalo mluvit, ale ne tímto způsobem... můžeme si o tom promluvit později....jdu pryč...“

a) Kritizování druhých

Při kritizování druhých se často dopouštíme chyby zobecňování; máme na někoho zlost za zcela konkrétní věc, ale zaútočíme obecně: „S tebou je to vůbec těžké...ty to prostě nechápeš...to nemůžeš někdy trochu přemýšlet? Na to nelze téměř nic říct a nevede to k rozumné komunikaci. Jde o manipulaci, která směřuje k pocitům viny, ponížení a nejistoty, která nevede ke změně žádoucího chování.“

Nácvik ve skupině:

Nejdřív sami předvedte skupině příklad špatného způsobu kritizování – vyberte si jednoho účastníka a obecně ho zkritizujte např.: „Ty se poslední dobou chováš úplně hrozně...nikoho neposloucháš...vyvoláváš konflikty...zkrátka jsi nemožný!“ Pak se nejprve skupiny zeptejte, jaké to v nich vyvolalo pocity, a nakonec se zeptejte samotného účastníka, jak se cítil, co mu vadilo, když jste ho takto kritizovali. Potom s celou skupinou proberte, jak by kritizování mělo vypadat, aby kritizovaný byl ochoten kritiku přijmout a nakonec jim to ukažte opět na příkladu např.: „Vadilo mi, jak jsi včera po sobě neuklidil a ostatní spolužáci to museli udělat za tebe a ještě jsi na ně byl sprostý. Chci, abys dnes po sobě všechno uklidil a omluvil se spolužákům za své včerejší chování“.

Po této vaší ukázce, vyzvěte účastníky, aby si nachystali sami ukázky kritiky a předvedli je na příkladech, které pak společně rozeberete a připravíte si pravidla pro správné kritizování:

1. Jasně řekni, co konkrétně se ti nelíbí, jaké chování, čin bez urážení a ponižování druhého
2. Vyjádři, jaké z toho máš pocity
3. Řekni, co chceš, aby dotyčný změnil, udělal příště jinak

b) Kompromisy, odmítání a prosazování požadavků

Všichni známe situace, kdy nechceme nebo nemůžeme druhému vyhovět, ale zároveň se bojíme následků odmítnutí a chceme partnerovi ukázat alespoň svou dobrou vůli.

Nácvik ve skupině:

Připravte si různé příklady ze života žáků, kdy byli někým tlačeni k tomu, aby vyhověli druhému, i když sami nechtějí nebo nemohou nebo sami chtěli prosadit svůj požadavek a druhá strana na něj nechtěla přistoupit:

Příklady:

- Kamarád tě žádá, abys mu půjčil peníze
- Spolužák tě nutí, aby ses ho před ostatními zastal, i když víš, že není v právu
- Kamarád chce, abys s ním jel na výlet, ale ty máš jiný program
- Spolužák si po sobě neuklidil a očekává, že to uděláš ty a ty už to za něj nechceš dělat
- Apod.

Přehrajte se žáky jednotlivé situace a rozeberte jejich reakce. Potom jim ukažte, jak by mohli v daných situacích jednat více asertivně, tak jak ukazuje následující příklad:

Situace: Spolužák tě nutí, aby ses ho před ostatními zastal, i když víš, že není v právu.

Spolužák: „Zastaň se mě, vždyť ty přece víš, že mám pravdu!“

Ty: „Já si myslím si, že teď nemáš pravdu“ (bez výmluv, vytáček, bez obav z výčitek, říct otevřeně svůj názor)

Situace: Kamarád chce, abys s ním jel na výlet, ale ty máš jiný program

Kamarád: „Pojeď se mnou v neděli na výlet“

Ty: „Nemůžu, mám jiný program“

Kamarád: „A proč to nejde? To mně vysvětli! To už se mnou nechceš kamarádit?“

Ty: „Jak jsem ti řekl, mám jiný program“

...nemusíš nic vysvětlovat a zdůvodňovat, ale může dát najevo snahu o pochopení kamaráda:

„Chápu, že se ti to nelíbí, chci s tebou dál kamarádit, ale jak už jsem řekl, mám jiný program. Mohli bychom se domluvit na příště trochu dřív, abych si to mohl včas zařídit“.

Asertivní práva

Schopnost zastávat se svých práv a nenechat se zneužívat je jednou z definic asertivního chování. Jde o vyjádření toho, co člověk skutečně cítí, chce nebo potřebuje bez toho, aby na druhé působil nezdvořile, útočně či až agresivně. Právě agresivní chování je to, s čím si asertivitu nesmíme plést. Když si agresivně stojíme za prosazením svých zájmů a potlačujeme zároveň práva druhých, jde o agresivní nikoli asertivní chování. A to si mnozí pletou.

Proto vidíme kolem sebe někdy agresivní projevy, jako jsou osočování, nadávání, slovní útoky a různé „přezdívký“, ale i sarkasmus, štiplavé poznámky na někoho adresu či pomlouvání a nakonec i šikana. Extrémem je pak už jen fyzické napadení.

Jaká jsou tedy naše tzv. asertivní práva?

PRÁVO	MANIPULAČNÍ POVĚRA	JAKÁ JE SKUTEČNOST
1. Máte právo sami posuzovat své chování, myšlenky, emoce a nést za ně a za jejich důsledky odpovědnost.	"Neměl bys nezávisle posuzovat sám sebe a své akce, musíš být posuzován vnějšími pravidly a autoritou, která je moudřejší, než jsi ty sám!"	Jenže jde o tvůj život, a to co se v něm stane, záleží na tobě a nikom jiném. Pokud to sami nedovolíte, nikdo nemůže manipulovat vašimi emocemi a chováním.
2. Máte právo nenabízet žádné omluvy a výmluvy, ospravedlňující vaše chování.	"Za své chování jsi zodpovědný druhým lidem a měl bys proto to, co děláš vždy zdůvodnit a ospravedlnit."	Když necháte za sebe rozhodnout jiné, že JE POVINNOSTÍ svoje chování ZDŮVODNIT, dáváte jim tím možnost vysvětlit, jak se chovat máte, nebo jste měli, co se vám má líbit a nelíbit.
3. Máte právo posoudit, nakolik a jak jste zodpovědní za řešení problémů druhých lidí.	„Vůči některým institucím a věcem máš větší závazky než vůči sobě samému. Měl bys obětovat svoje vlastní hodnoty, abys udržel tyto systémy v chodu. Jestliže nepracují efektivně, musíš se přizpůsobit ty, nikoliv ony."	
4. Máte právo změnit svůj názor	„Názor, ke kterému si se už jednou přiklonil, bys neměl nikdy měnit. Jestli si se mylíš, znamená to, že jsi nezodpovědný, vypadá to tak, že se budeš mýlit znovu, prostě nejsi schopný rozhodovat se samostatně. A měl by ses omluvit!"	Co když však v průběhu času získám rozporuplné informace o něčem, na co jsem měl před tím jiný názor, třeba „do toho obchodu už nechodím nakupovat, změnil jsem na něj názor, protože se zhoršili jejich služby (zdražili apod.)“, čili jinými slovy, na základě nových skutečností aktuálně přehodnocujeme naše postoje.
5. Máte právo říci "já nevím".	"Měl bys znát odpovědi na všechny dotazy, týkající se možných důsledků tvého chování, protože když tyto odpovědi neznáš, nejsi si vědom problémů, které působíš ostatním lidem, nejsi zodpovědný a měl bys být kontrolován."	„Jak by ses cítil, kdyby...?“ Při zvládnání této manipulace nemusíte znát odpověď. Jestliže chce manipulátor o odpovědi spekulovat, klidně ho nechte.
6. Máte právo být nezávislí na dobré vůli ostatních.	"Lidé, se kterými přicházíš do styku, k tobě musí mít kladný vztah. Potřebuješ spolupráci druhých, abys přežil. Je velmi důležité, aby tě lidé měli rádi."	Většina lidí je citlivá na poznámky typu: - Tohle si budu pamatovat! - Toho budeš litovat! Jestliže se sami rozhodujete o tom, zda vám záleží na dobré vůli toho nebo onoho člověka, můžete asertivně odpovědět: "Nechápu, proč by sis to měl pamatovat" nebo "Já ti nerozumím, zní to, jako že už mě nebudeš mít rád?" Příklad: Na pozvání k nějakému výletu od přátel jen málokdo dokáže odpovědět otevřeně: "Ne, tento víkend se mi nechce, snad někdy jindy." Místo toho si vymýšlíme výmluvy, které by se našeho partnera co nejméně dotkly.,
7. Máte právo dělat chyby a být za ně zodpovědný.	"Nesmíš dělat chyby. Pokud je děláš, musíš mít pocit viny. Ostatní lidé by v takovém případě měli své chování	Na partnerovu výtku jen asertivně odpovídáme: „ Máš pravdu, přišel jsem pozdě“.

	rozhodně kontrolovat."	„ Máš pravdu, neudělal jsem..“. Jde o to naučit se zvládat své vlastní chyby bez emocí a asertivně, pro možnost dalšího konstruktivního jednání.
8. Máte právo dělat nelogická rozhodnutí.	"Naši bližní často dokážou logicky racionalizovat nejrůznější požadavky, které na nás mají a důvody, pro které bychom neměli dělat to a ono a měli dělat to nebo něco jiného."	Být logickým, znamená dělat jen věci, kterým naprosto rozumíme, zatímco řešení mnoha problémů je mimo takovéto hranice.
9. Máte právo říci "Já ti nerozumím."	"Musíš být citlivý a umět předvídat potřeby svých bližních. Musíš chápat, co potřebují, aniž by to jasně řekli. Jestliže nechápeš, co druzí chtějí, i když to vysloveně neřekli, nejsi schopen žít s nimi v harmonii a jsi necitlivý ignorant."	Často na nás někdo hledí dotčeně, uraženě, zlostně, aniž víme proč. Tito lidé, místo aby nám asertivně oznámili, oč jde, a pokusili se získat alespoň část z toho, co chtějí, pomoci rozumného kompromisu, rozhodují za vás o tom, že: 1. Nemáte pravdu 2. Měli byste chápat, proč jsou s vaším chováním nespokojeni. 3. Měli byste automaticky rozumět, co chtějí 4. Měli byste své chování změnit, aby oni přestali být dotčeni. Takovou manipulaci si nemusíte nechat líbit. Není vaší povinností být takto chápavý a rozumějící.
10. Máte právo říci: "Je mi to jedno."	"Musíš se snažit být lepší a lepší, dokud nebudeš ve všech ohledech perfektní. Asi se ti to nepovede, ale musíš se o to snažit. Jestliže ti někdo naznačí, jak by ses mohl vylepšit, máš povinnost tento pokyn následovat. Když to neuděláš, jsi líný, bezcenný a nezasloužíš si respekt od nikoho, ani od sebe."	Člověk má právo nedbat na to, aby byl perfektní podle definic někoho jiného, protože co je perfektní pro jednoho, může být pro druhého nedostatečné.

Nácvik asertivního chování ve skupině:

Postupně se žáky proberte jedno právo za druhým, uveďte ke každému z nich konkrétní příklad z vaší praxe práce se žáky a manipulační pověry k jednotlivým právům. Vyzvěte žáky k diskusi nad jednotlivými právy a vyjádření jejich názoru, co si o tom sami myslí. Pak jim k jednotlivým právům řekněte, případně procvičte jednotlivé asertivní reakce, které jim mohou pomoci bránit se škodlivým manipulacím a posílit tak uvědomění si jejich vlastních práv, zdravé sebeprosazování a odpovědnost za sebe sama.

Co je to konflikt

Pod pojmem konflikt rozumíme vnitřní rozpor mezi dvěma protikladně působícími potřebami, motivy nebo tendencemi. Každé naše jednání je výsledkem několika současně působících potřeb a motivů a každému jednání předchází rozhodování, jehož součástí je vnitřní boj motivů - konflikt.

Procvičování asertivního řešení konfliktů a zvládání krizových situací:

- Pro procvičování asertivního jednání je dobré postupně sbírat různé příklady konfliktních situací, projevů agresivního nebo naopak pasivního chování, které se mezi žáky/účastníky projektu vyskytnou a tyto následně využít k rozboru a nácviku správného chování.
- pro procvičování zvládání krizových situací a stresu připravit na pobytové akce aktivity, které umožní dětem

prožít krizové situace v bezpečném prostředí s následnou zpětnou vazbou

Metody výuky: brainstorming, výklad, skupinová diskuze, hraní rolí

4. Lekce: Rozvoj kompetence JAK SE UPLATNIT V TÝMU

Cíl lekce:

- naučit pedagogy jak pomáhat žákům efektivně spolupracovat a uplatnit se v týmu

Rozsah: 2 hodiny

Obsah:

✓ Co je tým

- Týmem je **jednoduše** skupina lidí, která má společný cíl.
- Tým je malá skupina lidí, kteří **táhnou jedním směrem za stejný provaz**, jsou vnitřně **organizováni** a **cítí, že patří k sobě**. V týmu jsou jasně určené **role** jednotlivých členů, **motivace přichází zevnitř a jednotliví členové si důvěřují**.
- Týmová práce není pro většinu lidí přirozená, musí se jí učit a na práci v týmu si zvykat.
- Je mnoho výrazně individuálně zaměřených lidí, kteří nejsou vhodní (což vůbec není odsouzeníhodné) pro tento způsob práce

✓ Kdy je tým skutečně týmem






- Když všichni členové vědí, co se od nich požaduje (**cíl**)
- Když všichni členové upřímně chtějí dosáhnout společného cíle (**motivace**)
- Když všichni členové mají pocit stejné zodpovědnosti za úspěch týmu (**spoluzodpovědnost**)
- Když je každý člen týmu odhodlán nabídnout to nejlepší, co v něm je, tím nejlepším způsobem (**ochota sdílet**)
- Když jsou členové týmu schopni dosáhnout cílů (**kompetence**)





✓ Principy týmové práce:

- Rovnoprávné postavení členů
- Vlastní, všemi respektovaná pravidla
- Jasně vymezené role a odpovědnosti
- Uvědomovaný společný cíl
- Efektivní komunikace a účelné řešení konfliktů
- Schopnost reflexe a hodnocení procesu práce
- Klima důvěry a otevřenosti

✓ Týmové role:

- Role ukazuje, představuje to, jak „hrajeme“ či „naplňujeme“ určitou pozici. Tým totiž očekává od nositele každé pozice určité chování.
- Tým většinou očekávané chování odměňuje a neočekávané, „vybočující“ trestá, sankcionuje.
- Praktickým doporučením pro práci se skupinovou dynamikou v oblasti rolí je opět otevřenost, upřímnost v komunikaci a ještě jedna důležitá lidská vlastnost, totiž tolerance. Nelíbí-li se členům týmu, jak někdo „hraje“ svou roli, měli by mu dát sociální zpětnou vazbu.

Týmová role	Osobnostní rysy a přínosy týmové role	Příпустné slabiny	Nepříпустné slabiny
INOVÁTOR 	Individualista, vážný, nekonvenční. Tvůrčí, nápaditý, dokáže řešit náročné problémy	Ignoruje podružnosti, velmi zaujatý vlastními myšlenkami na úkor efektivní komunikace	Silný pocit vlastnictví nápadů tam, kde by kolektivní spolupráce přinesla lepší výsledky
VYHLEDÁVAČ ZDROJŮ 	Extrovert, aktivní a zvědavý, komunikativní. Nadšený, objevuje příležitosti, rozvíjí kontakty	Nadměru optimistický, může ztratit zájem po opadnutí počátečního nadšení	Působí zklamání zákazníků, kolegům tím, že zanedbává následné fáze spolupráce
KOORDINÁTOR 	Klidný, sebejistý, umí se ovládat, vyzrálý. Vyjasňuje cíle, dává lidem dohromady, aby podpořil týmovou diskuzi	Může se zdát, že manipuluje, usnadňuje si osobní práci	Připisuje si zásluhu celého týmu
USMĚŘŇOVAČ 	Napjatý, dynamický, vynalézavý. Vyzývá k výkonu, prospívá mu tlak, je průbojný, překonává překážky	Má sklony provokovat, může urážet ostatní, náchylnost k frustraci a podráždění	Neschopnost obrátit problematickou situaci v žert nebo se omluvit ostatním
MONITOR VYHODNOCOVAČ 	Střízlivý, věcný, neemocionální, opatrný. Stratég, má vysoké nároky, vidí všechny možnosti, má přesný úsudek	Může mu chybět hnací síla a schopnost inspirovat ostatní, racionální skepticismus	Iracionální cynismus

Týmová role	Osobnostní rysy a přínosy týmové role	Příпустné slabiny	Nepříпустné slabiny
TÝMOVÝ PRACOVNÍK 	Sociálně orientovaný, mírný, citlivý, vnímavý. Spolupracuje, je diplomatický, naslouchá, odvrací třenic a konflikty.	Nerozhodnost v zásadních otázkách	Vyhýbá se konfliktům a stresovým situacím
REALIZÁTOR 	Konzervativní, se smyslem pro povinnost, loajální, „čitelný“. Disciplinovaný, spolehlivý, schopný dělat praktické kroky a akce	Poněkud nepružný, může pomalu reagovat na nové možnosti	Brání se změnám
KOMPLETOVAČ FINIŠER 	Příčinlivý, metodický, svědomitý, úzkostný. Pečlivý, hledá chyby a přehlednutí, plní termíny.	Sklon k přehnaným obavám, neochotně nechává ostatní podílet se na své práci, perfekcionismus	Obsedantní chování
SPECIALISTA 	Cílevědomý, iniciativní, oddaný své profesi, poskytuje vědomosti, které jsou vzácné	Přispívá pouze v úzké oblasti, zaobírá se osobními zájmy, získává vědomosti pro sebe	Ignoruje věci působící mimo oblast jeho zájmů. Často se nepovažuje za součást týmu.

Pravidla týmové práce:	
1. PŘÍPRAVA	Připravte dopředu jasný program, cíl a účel pro týmových aktivit a vyberte členy týmu.
2. ÚČEL, CÍLE A METODY PRÁCE	Na začátku týmového sezení zkontrolujte, zda všichni rozumí a souhlasí s účelem a cíli setkání. Dohodněte, jakými metodami budete pracovat a rozdělte si pracovní role v týmu. Stanovte pravidla pro komunikaci
3. ČAS	Stanovte časový plán týmového sezení a kontrolujte jeho dodržování.
4. POROZUMĚNÍ	Po celou dobu sezení posilujte vzájemné porozumění - dodržujte dohodnutá pravidla pro komunikaci v týmu, udržujte uvolněnou atmosféru a spolupráci, nešetřete humorem.
5. ZAPOJENÍ VŠECH	Zapojte všechny do práce týmu, využívejte zkušeností a různých rolí členů týmu, ve kterých jsou nejlepší
6. TVOŘIVÉ ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ	Vyvarujte se užívání „zabíjáčských frází“. Považujte problémy za výzvu ne za nepříjemnost, zapojte fantazii, uplatňujte nové pohledy na věc. Používejte správné nástroje pro týmovou práci a řešení problémů
7. KONTROLA A HODNOCENÍ TÝMOVÉ PRÁCE	Používejte otevřenou zpětnou vazbu. Měřte efektivitu práce týmu - zaznamenávejte průběh práce týmu. Oceňte úspěchy, neodsuzujte neúspěchy. Hledejte cesty ke zlepšení.
8. AKČNÍ PLÁN	Stanovte úkoly, plán jejich realizace a kriteria úspěchu.
9. KOMUNIKACE VÝSLEDKŮ	Komunikujte veřejně výsledky práce týmu. Pro prezentaci používejte vizuálních pomůcek.
10. VÝMĚNA ZKUŠENOSTÍ	Komunikujte s ostatními týmy a vyměňujte si navzájem zkušenosti.
Metody výuky: brainstorming, výklad, skupinová diskuze, týmová cvičení	
Výstup lekce: Příprava týmových cvičení a her pro pobytové akce s dětmi	

II. MODUL - Zážitková pedagogika, metody a jejich využití při organizaci společných pobytových akcí dětí:

Cíle modulu:

- získat znalosti a dovednosti uplatnění zážitkové pedagogiky, zásad a metod pro jejich praktickou aplikaci při realizaci pobytových akcí dětí
- připravit dramaturgii a scénář podle zásad zážitkové pedagogiky pro jednotlivé pobytové akce dětí

Rozsah modulu: 12 hodin

Obsah modulu:

Co je zážitková pedagogika a zážitkové zkušenostní učení

- zážitková pedagogika je založena, na rozdíl od **klasického pedagogického přístupu** kdy je pedagog expertem, který předává své vědomosti žákům, na aktivitě žáků. žák přejímá osobní odpovědnost za výsledky učení, mezi pedagogem a žákem vzniká vyvážená spolupráce.
- zkušenostní učení vychází z toho, že důkazem, že se člověk něco skutečně naučil je to, že je schopen získané poznatky využívat ve své praxi k řešení reálných situací a dosáhnout tak měřitelných přínosů.
- zážitkové učení využívá učení prostřednictvím zážitku, prožitku, učení na základě vlastní zkušenosti. vyvolává situace, které žákovi umožňují odhalit nové oblasti, dosáhnout vědomosti, získat zkušenosti a možnosti poučení. při vlastním zážitku pedagog ustupuje do role pozorovatele.
- cílem zážitkové pedagogiky je využití zážitku ze hry, týmových cvičení k předem stanoveným pedagogickým cílům

Dalova pyramida učení

Lidé si pamatují:

- 10 % z toho, co čtou
- 20 % z toho, co slyší
- 30 % z toho, co vidí
- 50 % z toho, co slyší a vidí
- 70 % z toho, co řeknou a napíší
- 90 % z toho, co udělají

Z tohoto poznatku vychází metodika zážitkové pedagogiky.

Metoda zážitkové pedagogiky

- metoda zážitkové pedagogiky je založena na 4 krocích:

a) KONKRÉTNÍ ZKUŠENOST – v této fázi připravíme pro žáky praktickou aktivitu, hru, cvičení, hraní rolí cílené na konkrétní kompetence, při kterých mají možnost něco aktivně prožít.

b) REFLEKTIVNÍ ZKOUMÁNÍ – v této fázi vedeme žáky ke zpětnému pohledu na prožitou aktivitu a rozebíráme s nimi, jak daný problém řešili, jak se u toho cítili, co jim pomohlo nebo naopak bránilo, jak jej mohli řešit lépe. Reflexe pomáhá systematizovat zkušenost a zážitek, včlenit je do struktury stávající zkušenosti a tím obohatit prožívání a jednání do budoucna. Žáci by si během reflexe měli uvědomovat, co se s nimi během aktivity dělo, jak se cítili, co jim pomohlo apod. Jak se jim vedlo jako skupině při plnění akce, kde viděli během organizace obtíže a kde naopak ne.

- c) **VYVOZENÍ POZNATKŮ Z PROŽITÉ ZKUŠENOSTI** – v této fázi se snažíme formulovat spolu se žáky obecnější závěry – „teorii“, která jim pomůže s řešením konkrétních situací a přenosu získaných zkušeností do jejich vlastní praxe.
- d) **AKTIVNÍ EXPERIMENTOVÁNÍ** – v této fázi zkusíme se žáky využití „teorie“ v praktických podmínkách a vedeme je k přenosu zkušeností z her a programů prostřednictvím analogií do jejich reálného prostředí (života v dětském domově a v rodině, života ve škole)

Tím, že problémy v různých zážitkových hrách a aktivitách mohou být náročnější než v běžném životě, si tak rozvíjí žáci svoji odolnost, posouvají své hranice bezpečí a získávají zdravé sebevědomí. Řešení náročných úkolů umožňuje rozvoj všech klíčových dovedností, o kterých jsme se zmiňovali výše, jako např. kreativity, týmové spolupráce, komunikativních dovedností, sociálního citění, a dalších kompetencí, potřebných v každodenním životě.

V našem projektu využijeme pro zaznamenávání jednotlivých zážitkových pobytů multimediální techniku s focením a videozáznamem s cílem postupně předkládat zpracované filmy po každém pobytu a na konci projektu připravit souhrnné filmy za každý tým dětí ze zúčastněných dětských domovů a rodin.

Hodnocení a zpětná vazba v zážitkové pedagogice

Tato dovednost, která je podmínkou efektivního zvládnutí výše uvedeného kroku 2, je kritická jak pro pedagogy, tak i žáky a řídí se těmito osvědčenými pravidly:

Poskytování konkrétní konstruktivní zpětné vazby, kritizování

- Až příliš často je možné slyšet věty typu: „S tebou je to těžké ...ty prostě nic nechápeš...to nemůžeš někdy trochu přemýšlet?“ To jsou zobecnění, které žáka jen těžko mohou vést ke změně chování. Jde spíše o manipulaci, která vede k pocitům viny a nejistoty. Jestliže má být naše kritika únosná a přijatelná, je nutné jasně říct, co se nám nelíbí a co vlastně po žákovi chceme, v čem chceme, aby se změnil a co má příště udělat. Konstruktivně poskytnutá zpětná vazba víc vede ke změně a motivuje ke zlepšení než destruktivní sdělení typu: „Jsi lajdák a lajdákem stejně zůstaneš“, které demotivuje, ponižuje a bere chuť s tím něco dělat.

Jak můžete rozvíjet své dovednosti v poskytování zpětné vazby, které jsou důležité i pro účinné koučování a poradenství pro žáky při jejich přípravě na opuštění školy, ukazují níže uvedená pravidla:

1. **Buďte jasní** - jasně identifikujte chování žáka, které jste pozorovali. Buďte specifičtí a objektivní.
2. **Identifikujte účinky** - řekněte žákovi, jaký účinek mělo na vás jeho chování, nebo jaký účinek by mohlo mít na druhé.
3. **Soustřeďte se na chování** - soustřeďte se spíše na pozorované chování než na osobní vlastnosti žáka.
4. **Dávejte konkrétní příklady** - dávejte konkrétní a jednoduché příklady, které ilustrují vaše pozorování.
5. **Buďte struční** - neopakujte se nebo nebuďte zbytečně podrobní.
6. **Buďte sympatičtí** - pokud žák reaguje defenzivně, snažte se naslouchat s porozuměním. Neberte zpátky svou zpětnou vazbu ve snaze zabránit nepříjemnostem. Pocity žáka v tomto

stádiu mohou být začátkem cenného procesu učení.

7. **Neargumentujte** - nesnažte se bránit nebo obhajovat svou pozici.
8. **Poskytujte vyvážený pohled** - ujistěte se, že dáváte nejen negativní, ale i pozitivní, zpětnou vazbu. Je důležité, aby žák znal své silné stránky stejně jako slabé stránky.
9. **Soustředte se na změnu** - zpětnou vazbu zaměřte na hodnotu, kterou by mohla mít pro změnu chování žáka. Nesnažte se o soudy.
10. **Načasujte** - snažte se poskytovat zpětnou vazbu bezprostředně po pozorování chování žáka.
11. **Zkontrolujte porozumění** - zkontrolujte si, že vám žák rozuměl.

Stejně důležité jako umět dobře poskytovat zpětnou vazbu, která má vést ke změně, je umět dobře přijímat zpětnou vazbu, kterou vám někdo poskytuje (žák, kolega, nadřízený). Proto zde uvádíme i klíčová pravidla pro přijímání zpětné vazby od druhých osob.

1. **Naslouchejte** - naslouchejte aktivně tomu, co vám druhý říká.
2. **Ujasňujte si a ujistěte se, že rozumíte** - ptejte se, abyste rozuměli tomu, co vám druhý říká. Nechejte si vysvětlit nejasné.
3. **Zpětně reagujte** - reagujte na to, co vám druhý říká, abyste si obě strany ověřily, že si vzájemně rozumíte. Požádejte o detaily, které nebyly uvedeny.
4. **Vyjádřete své pocity** - pokud máte ze zpětné vazby negativní pocity, vyjádřete je. Ujistěte se tímto způsobem, že vyjadřujete své pocity a neútočíte na poskytovatele zpětné vazby.
5. **Budte pozitivní** - pravděpodobně můžete sdílet společnou tendenci ignorovat pozitivní zpětnou vazbu a nechat se pohltit negativní zpětnou vazbou. Považujte každou zpětnou vazbu pro sebe za užitečnou. Braňte se přijetí defenzivního postoje typu: „Ale já takový/á vůbec nejsem!“
6. **Myslete konstruktivně** - přemýšlejte o nových pohledech. Snažte se je co nejdříve uplatnit ve své práci a chování.
7. **Zjistěte si názory ostatních** - nepřijímejte názor jednotlivce jako absolutní a všeobecně platný. Promluvte s ostatními a zjistěte, zda souhlasí s identifikovanými oblastmi vyžadujícími změnu chování.
8. **Poděkujte** za poskytnutou zpětnou vazbu.

Příprava dramaturgie a scénářů zážitkových pobytových akcí dětí zařazených do projektu:

Během projektu bude zorganizováno celkem 8 třídních pobytů dětí z 5ti dětských domovů a rodin. Pro každý pobyt připraví tým pedagogů spolu s metodikem, psychologem i dětmi dramaturgii a scénář založený na metodách a přístupech výše popsané zážitkové pedagogiky a zkušenostního učení podle následujícího rámcového scénáře pro 1. zahajovací pobyt dětí:

SCÉNÁŘ A DRAMATURGIE 1. POBYTOVÉ AKCE

Struktura pobytu:

- ✓ Presentace cílů, průběhu, organizace a očekávaných výstupů projektu
- ✓ Představení jednotlivých týmů dětí z DD a klasických rodin – filmová vizitka natočená jednotlivými týmy před 1. společnou pobytovou akcí
- ✓ Rozehřívací interaktivní a týmové aktivity na vzájemné seznámení se, prolomení ledů a navázání týmové spolupráce mezi dětmi
- ✓ Outdoorová aktivita „Hry bez hranic“

<p>Outdoorové aktivity „Hry bez hranic“</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Soutěž jednotlivých týmů s průběžným natáčením na video a focením pro rozvoj klíčových dovedností: <i>Sebepoznání a uvědomění si vlastní hodnoty</i> <i>Sebemotivace</i> <i>Týmová spolupráce, jak se dobře uplatnit v týmu a rozhodovat se v týmu</i> <i>Řešení obtížných problémů, asertivní zvládnání konfliktů a zvládnání stresu</i> <i>Komunikační dovednosti, naslouchání druhým</i> ✓ Vyhodnocení soutěže a zpětná vazba k realizovaným aktivitám se zaměřením na rozvoj dovedností přijímání a podávání kritiky nebo pochvaly
<p>Průběžné natáčení a zpracování natočeného materiálu a jeho prezentace Rozbor ukázek a zpětná vazba k obsahu a formě zpracovaných DVD</p>
<p>Příprava rámcového scénáře pro 2. pobytovou akci - se zapojením dětí a pedagogů</p>
<p>Zadání „domácího úkolu“</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Na základě zpětné vazby k natočenému materiálu připravit do příštího setkání hotový film a prezentovat tak své získané dovednosti ✓ Připravit si scénáře pro záznamy individuálních setkání v rodinách a na DD

Metodické poznámky k přípravě scénářů pro jednotlivé pobytové akce:

- Do scénářů pro jednotlivé pobytové akce budou zařazeny nejrůznější zážitkové aktivity pro rozvoj klíčových dovedností žáků, jako jsou:
 - ✓ týmové hry, týmové diskuze a společné řešení problémů
 - ✓ sebepoznávací aktivity
 - ✓ divadla (metodika přípravy divadla – viz příloha)
 - ✓ sportovní, pohybové, poznávací, relaxační a zábavné aktivity
- kombinací různých metod a prostředí chceme dosáhnout maximální pozornosti dětí a prožitku zaměřeného na problematiku inkluze
- v každém scénáři a aktivitě budou specifikovány kompetence dětí, které budou prostřednictvím zážitkové pedagogiky rozvíjeny
- v každém scénáři bude konkretizován způsob provedení reflexe a zpětné vazby k prožitým zážitkům a jejich přenosu do praktického života dětí
- do tvorby scénářů budou zapojeny také děti jako spolutvůrci, aby byly motivované a cítily spoluzodpovědnost za úspěšnost jednotlivých pobytů, svého vlastního učení
- na každé pobytové akci budou jednotlivé týmy dětí z dětských domovů a rodin provádět foto a video dokumentaci, kterou budou ještě na pobytu zpracovávat a prezentovat dílčí výstupy. Tyto dílčí výstupy pak budou s pomocí svých pedagogů finalizovat v období mezi dvěma pobyty a poté prezentovat finální produkty na dalším pobytu
- na závěr pobytových akcí připraví „dětské štáby“ z jednotlivých dětských domovů a škol finální film, který bude prezentován na závěrečné konferenci projektu a zároveň bude výstupem celého projektu
- na každé pobytové akci budou mít pedagogové a děti možnost setkat se a diskutovat své individuální problémy s psychologem projektu

III. MODUL - Metodika společných návštěv dětí v dětských domovech a rodinách

Cíl modulu:

- připravit pedagogy na organizaci vzájemných jednodenních návštěv dětí z dětských domovů a dětí z funkčních rodin pro posílení poznání a akceptace odlišného sociokulturního prostředí a usnadnění socializace dětí z dětských domovů do běžné společnosti po opuštění dětských domovů

Rozsah modulu: 4 hodiny

Obsah modulu:

- zásady, organizace a náplň společných návštěv
- role pedagogů při organizaci vzájemných návštěv na dětských domovech a v rodinách
 - příprava rodičů na návštěvy dětí z dětských domovů v rodinách
 - příprava pobytů dětí z rodin u kamarádů z dětských domovů
 - dokumentace vzájemných návštěv
 - vyhodnocení vzájemných návštěv a řízení diskuze dětí k zážitkům a získaným zkušenostem

Výstup modulu:

- každý pedagog z dětského domova přichystá spolu s dětmi scénář vzájemných návštěv během projektu

6. EVALUACE INKLUZIVNÍHO VZDĚLÁVÁNÍ

Každá výše popsaná aktivita projektu bude průběžně zaznamenávána a vyhodnocována na několika úrovních:

- hodnocení všech aktivit projektu ze strany řídicího týmu projektu
- hodnocení vlastního vzdělávání a projektových aktivit ze strany pedagogů
- hodnocení projektových aktivit ze strany dětí/účastníků projektu
- hodnocení ze strany rodičů, kteří se budou podílet na organizaci návštěv dětí z dětských domovů v jejich rodinách

Tato průběžná hodnocení budou sloužit pro korekci a zlepšování následných projektových aktivit a k finálnímu hodnocení efektivity takto pojatého inkluzivního vzdělávání dětí z různých sociokulturních prostředí a hodnocení naplnění cílů celého projek.

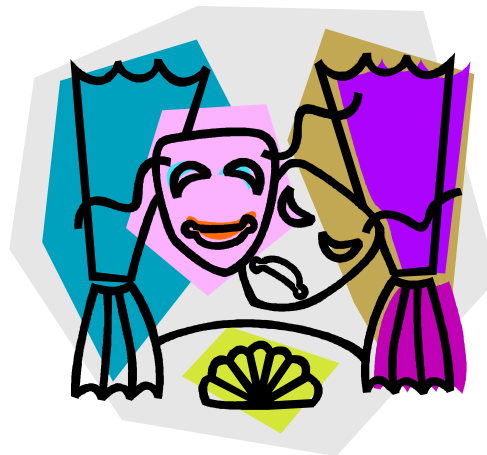
Příloha:

Příprava divadla na principu „DIVADLO FÓRUM“

CÍL AKTIVITY:

Divadlo Fórum je postaveno na určitém problému, který je předložen divákům- žákům k řešení. Herci hrají vymezené charakterové typy a konflikt v hrané situaci je zcela autentický konfliktům, které se mohou stát v běžném životě.

Základním cílem Divadla Fórum je společné hledání a nalézání řešení, která jsou schopná nastolit pozitivní změnu v chování, postojích a názorech žáků a přimět diváka - žáka, aby pracoval a snažil se nalézt schůdnější situaci a aspoň nějakou cestu z problémů, ve kterých je hlavní postava Divadla Fórum – utlačovaný.



Na základě zhlédnutého představení se může divák - žák lépe orientovat a řešit analogické problémové životní situace. Vstupem do role má možnost konfrontovat svoje vnitřní postoje s charakterem dané role, konfrontovat sám sebe s jiným názorem a pomocí této zkušenosti se více vcítit do jiných životních situací. Učí se nebýt lhostejný k problémům druhých lidí.

Cílem je, aby divák - žák pochopil, že každý člověk může svým jednáním ovlivnit a změnit situaci.

POSTUP REALIZACE AKTIVITY:

VÝBĚR TÉMATU PRO DIVADLO:

Výběr tématu pro divadlo by měl vycházet z běžných problémových životních situací, se kterými se žáci již ve svém životě setkali nebo do kterých se mohou kdykoliv dostat:

- *odchod ze školy a dětského domova a postavení se na vlastní nohy*
- *nezaměstnanost*
- *šikana*
- *násilí a delikvence*
- *problematika alkoholu a drog*
- *gamblerství*
- *promiskuitní chování*
- *sexuální a psychické zneužívání*
- *diskriminace a rasismus, vztahy mezi majoritními a minoritními skupinami*
- *zadluženost*
- *vztahy mezi učiteli a žáky*
- *vztahy mezi žáky*
- *vztahy v rodině*
- *a další.....*

FORMY REALIZACE DIVADLA:

Příběh hrají pedagogové:

Příběh na vybrané téma přehraje pedagogický tým školy a diváky jsou žáci školy. Podnět k tématu

příběhu vystává z konkrétních problémů žáků dané školy nebo z problémů, se kterými se mohou potkat po opuštění školy.

Tento typ Divadla Fórum může také sloužit jako prevence negativních jevů, které se ve škole vyskytují.

Příběh hrají žáci:

Ve spolupráci s pedagogy si divadlo připravují sami žáci v rámci výuky. Témata vycházejí z možných situací jejich sociokulturního prostředí. U tohoto typu Divadla Fórum jsou z části herci pedagogové, z části žáci. Publikem jsou žáci školy.

PRINCIPY DIVADLA FÓRUM

- Skupinou „herců“ jsou žákům-divákům přehrávány různé životní situace, které v určité míře obsahují konflikt.
- Ústřední postavou Divadla Fórum je tzv. **protagonista, utlačovaný**. Je to on, kdo se dostává do větších a větších problémů, které sám však nedokáže řešit.
- Vztahy mezi jednotlivými postavami jsou založeny na principu podřízenosti a nadřízenosti a na hledání způsobů, jak se vlastním jednáním z podřízeného postavení vymanit.
- Každé představení Divadla Fórum je řízeno **Jokerem (žolíkem), tj. moderátorem**, uvaděčem, který zprostředkovává kontakt mezi herci a diváky, řídí celou akci, uvádí ji, vysvětluje princip Divadla Fórum a reprezentuje diváka. Joker má za úkol motivovat diváky, vnímat jejich připomínky, zastavovat děj podle jejich pokynu a umožňovat jim vstup na jeviště. Jeho úkolem je tedy udržet linii celé akce, vést diskusi a směřovat ji i vracet k řešenému problému. Role Jokera vyžaduje velké soustředění a schopnost rychle reagovat na vzniklé situace, na nastolenou atmosféru, kdy jednou musí povzbuzovat, jindy tlumit aktivitu diváku, často je nucen na místě improvizovat a vytvářet nové postupy pro aktuální skupinu.
- Vedlejší role ztvárňují „herci“. Ti vystupují v rolích a jejich úkolem je přesně přehrát situaci, jež musí být zafixována tak, že ji herci mohou na přání diváku téměř přesně zopakovat. Herci hrají postavu určitého charakteru a jejich úkolem je udržet charakter postavy a jednat vždy v rámci tohoto charakteru. Dále herci podle pokynu Jokera komunikují s diváky v roli, odpovídají na otázky kladené postavám, diskutují o nabízeném řešení, odmítají ho, jde-li proti charakteru postavy, nebo dokonce mohou vystoupit z role a komunikovat sami za sebe. Znakem jejich postavy bývá tzv. zástupná rekvizita (šátek, sklenice, bunda ...). Jsou vždy podřízeni Jokerovi.
- Žáci-diváci mají možnost zastavit herce slovem „STOP“ v situaci, kdy mají pocit, že lze konfliktu určitým jednáním předejít, toto jednání navrhnou a nechají danou situaci zahrát znovu.
- Žáci-diváci mají možnost sami vstoupit do herního prostoru, převzít některou z rolí a nechat přehrát situaci znovu.
- Žáci - diváci mají za úkol najít řešení pro konkrétní postavu tak, aby nezměnili její charakter, naproti tomu herci mají za úkol improvizovat a v rámci postavy reagovat na nově se vyvíjející situaci, přijmout nového partnera, reagovat na něj a pomoci mu při hraní.
- Každá role má svůj zástupný předmět (šátek, sklenice, bunda..), který ji charakterizuje a divák si ho bere, pokud do role vstupuje.
- Nesmí dojít k proměně charakteru postavy (z tiché a bojácné dívky se nesmí stát dívka průbojná
- a otevřená)
- Nesmí být použito kouzlo (míníme tím např. milionovou výhru v loterii, která zachrání protagonistu před finančním krachem)
- Nesmí se objevit fyzické násilí a sexuální tematika
- Nikdo z diváků nebude přemlouván ke vstupu do role, pokud sám nechce.

STRUKTURA DIVADLA FÓRUM

Příprava divadla

Úvodní rozcvička

Na začátku přípravy divadla je vhodné použít jednoduchých dramatických her k aktivaci a naladění herců - žáků pro další práci. Tyto hry slouží k vybudování atmosféry umožňující uvolnění a spontaneitu. Jedná se především o fyzickou rozcvičku, zaměřenou na uvolnění svalů a celkové tenze těla. Zde si především všímáme naladění žáků – někdy je vhodné volit spíše relaxaci nebo rozcvičku založenou více na práci s imaginací než na pohyb.

Výběr tématu a práce na něm

Při prvním setkání herců-žáků probíhá práce na tématu, které je jim částečně zadané (téma zadluženosti, šikany,...). Účastníci pracují na jednotlivých scénách - pomocí brainstormingu (tj. předkládáním různých nápadů všech zúčastněných bez kritického hodnocení druhých) vzniká jejich částečná struktura.

Následně vyzve lektor účastníky, aby ztvárnili jednotlivé scény pomocí živých obrazů (herci se postaví do takové sochy – bez pohybu, která charakterizuje jejich postavu v dané scéně – vše probíhá nonverbálně). Tímto způsobem se projedou všechny připravené scény. Při dalším kole herci vstupují znovu do svých nehybných postav, ale obohatí je o jedno slovo, které je pro tuto scénu nejvíce charakteristické. Následně se ze slov stávají věty a nakonec se jejich postava dostává do pohybu.

Tyto techniky pomáhají hercům více vnímat jednotlivé složky jejich herecké role a to nejen jak jejich postava jedná, jak se cítí, ale také to, jak při tom vypadá.

Končí se sepsáním scénáře na papír, což napomáhá hercům osvěžit si jednotlivé scény na příštích zkouškách.

Hlavní část lekce

Po zpracování scénáře pracují herci na jednotlivých scénách. Snaží se o větší vcítění do role a zapamatování si scénáře. Lektor se je snaží naučit základy herectví: jak mluvit na jevišti (nahlas, zřetelně, neskákat si do řeči, dát svému hlasu charakter role,...), jak se pohybovat, kdy být ve „štronsu“ (nehýbat se), při které situaci se stát středem pozornosti, práci s mimikou a gesty atd.

Pomocná cvičení

Sem patří cvičení, která využívá lektor pro to, aby si sám aktér uvědomil, jak se jejich postava cítí a jaká vlastně je.

Horká židle: lektor vyzve hráče, aby se posadil před své spoluhráče na židli, a ti se ho ptají na různé události v životě jeho herecké postavy (herec by se měl snažit vcítit do své postavy a odpovídat za ní). Končí se, až se jeho spoluhráči dozví vše potřebné.

Alter ego: alter ego je bráno jako vnitřní hlas hercovy postavy (co si právě o té situaci myslí, jak na ní nahlíží). Lektor nebo Joker zastaví hru a požádá herce o jeho vnitřní hlas, ten by měl hned zareagovat a divákům sdělit své pocity. Divákům to pomáhá vcítit se a pochopit jednání určité postavy.

Závěrečná reflexe

Závěrečná reflexe pomáhá hercům ucelit si celé představení, mají možnost o všem si promluvit, popřípadě nastolit změny. Pro lektora je zpětnou vazbou od herců, kdy má možnost zjistit jejich postoje k budoucímu představení a napomáhá mu to v další práci na představení.

Vlastní průběh představení

Celá představení se skládá ze dvou částí:

V **první části** jde o tzv. nažhavení publika pomocí několika průpravných cvičení a her, které se týkají

jednak způsobu práce, jednak navozují dané téma. Následuje určitá forma diskuse, kdy Joker vysloví několik názorů a otázek týkajících se tématu představení. Diváci se k těmto problémům vyjadřují, Joker oslovuje jednotlivé diváky, aby rozvedli své názory apod.

Po této diskusi se rozdělí prostor na jeviště a hlediště a Joker informuje diváky o pravidlech.

Následuje **druhá část**, kdy je divákům přehráno připravené představení. Po jeho zhlédnutí Joker iniciuje potlesk u publika a zájem o téma u diváků podporuje tím, že se jich nejprve ptá, zda to bylo realistické, zda se to tak mohlo odehrát či ne, které postavy jim bylo líto, zda by šly udělat změny apod. Dále je upozorňuje na to, aby při přehrávání vyhledávali ty situace, kde by byla možná změna a kde by akci mohli zastavit slovem stop. Dále Joker upozorní diváky, že mohou navrhopvat změny v jednání postav, které realizují herci, nebo oni sami mohou vstoupit do role postavy a improvizovaně scénu zahrát s herci. Postava však nesmí vybočovat z rámce daného charakterem postavy. Při předávání postavy dochází k předání zástupné rekvizity. Novým přehráním situace se prověřuje, zda změny vedou k řešení problému. Joker pro hladký průběh akce může zařadit doplňující činnosti, např. klade otázky jednotlivým postavám, využije techniku horkého křesla, vnitřní monolog postavy. Práce pokračuje tak dlouho, pokud je skupina soustředěná a tématem zaujatá. Joker by měl včas rozpoznat, kdy celá akce vyvrcholila a ukončit ji.

Závěrečná reflexe

Na závěr Divadla Fórum by neměla chybět reflexe, v níž se shrne veškeré předchozí dění, pojmenuje se zásadní problém a uzavře se celá aktivita. Záleží na Jokerovi, pro jakou formu se rozhodne – ústní či písemnou. Závěrečná reflexe je nedílnou součástí Divadla Fórum, je prostorem pro to, aby to co nezaznělo na jevišti, proběhlo mezi diváky a herci právě zde a divák mohl odejít domů, aniž by si sebou nesl nějaký svůj nevyřešený vnitřní konflikt.

POTŘEBNÉ POMŮCKY:

Vhodná místnost podle počtu zúčastněných se židlemi pro diváky.

Flipchart a fixy

Samolepky na označení hereckých postav

Další pomůcky dle vybraného tématu pro divadlo.

ČASOVÁ NÁROČNOST:

Čas na přípravu divadla – v závislosti na zvoleném tématu;

Čas na vlastní představení – do 2 hodin, vč. závěrečné reflexe.

PRO KOLIK LIDÍ JE AKTIVITA URČENA:

6 - 30 lidí; věk 10 – 15 let

ZPŮSOB VYHODNOCENÍ AKTIVITY A ZPĚTNÁ VAZBA PRO ÚČASTNÍKY:

Vyhodnocení aktivity může být buď a) ústní, kdy moderátor – Joker shrne řešený problém, vyzve všechny účastníky, herce i diváky, ke zhodnocení toho co zažili, k návrhům pro zavedení do praxe anebo může být b) písemné formou stručného dotazníku, rámcově zaměřeného na:

- Co se líbilo, nelíbilo
- Co si odnášejí do vlastního života
- Co by doporučili řešit touto formou příště