

Základní charakteristiky hry/techniky a možnosti jejího využití v primární prevenci

Název: *Mám na tobě rád..., ale zlobí mě, že...*

Cíl: *Nácvik přijatelné zpětné negativní vazby jako předpokladu pro fungující komunikaci. Konstruktivní kritika.*

Časová náročnost: *15 minut.*

Od kolika let je aplikace vhodná: *od 6 let.*

Instrukce k realizaci: *Sedneme si do kruhu (je dobré mít symbolickou růži s trny). Bude me trénovat dovednost říci druhému, co nás na něm zlobí, takovou formou, která nebude urážlivá. A zároveň mu říci, co na něm máme rádi. Slušná forma má daleko větší šanci na úspěch v tom smyslu, že se druhý ve svém chování pozmění. Jeden z vás začne, vstane a dojde k někomu. Stoupne si před něj a řekne: „Mám na tobě rád..., ale zlobí mě na tobě, když...“ Ten si to vyslechne, nebude se obhajovat. Odpoví: „Jsem rád, že jsi mi to řekl, zamyslím se nad tím.“ Předáme mu symbolickou růži s trny. A potom si sám vybere někoho dalšího a celé se to opakuje. Je důležité ohlídat si formu a to aby děti neobhajovaly své jednání. Zároveň je důležité nespěchat a trvat na celé formulaci vět.*

Následná práce se skupinou: *Soustředíme se na to, zda se děti dozvěděly něco nového. Co s tím udělají, jak změní své chování. Na to, zda pokud to vědí, mění své chování, či ne. Dále rozebereme proč, přestože nás někdo upozorňuje na naše chování, my s tím nic neděláme. Na dovednost naslouchání.*

Otázky: *Jak se vám to říkalo? Jak se vám to poslouchalo? Slyšeli jste už od někoho, že by mu vadilo určité vaše chování? Co jste s tím udělali? Proč často nerespektujeme to, co nám druzí vytýkají? Čím je to, že nechceme vyjít vstříc druhému a změnit jednání? Je důležité se zamýšlet nad tím co druhým na nás vadí? Co je to umění naslouchat? Co udělám pro zlepšení svého kontaktu s druhými?*

Případná rizika spojená s aplikací: *Je třeba si hlídat, aby sdělení byla klidná, aby se do techniky nepromítala agresivita skrytá ve třídě. Je možné požádat, aby děti říkaly obsah s menší citovou podbarveností. Dále hrozí riziko, že se z techniky stane formální říkankový proces. Je třeba přibrzdit a vstoupit do techniky a případným dotazem na pocity dané dítě, vtáhnout do uvědomění si prožitku.*

Vždy po absolvování této techniky je nutné zařadit techniku s pozitivní zpětnou vazbou. Např. Ruku nebo Kytíčku či něco jiného, kde se děti o sobě dozvědí příjemné věci.

Poznámky realizátora:

Vlastní prožitek hry/techniky:

„Mám na tobě rád..., ale zlobí mě, že...”

