

Metodický list

Jak vést empatickou komunikaci



EVROPSKÁ UNIE

Interreg 
Rakousko-Česká republika
Evropský fond pro regionální rozvoj

PROJEKT
BUDOUCNOST

probud.cz

Metodický list je určen pro žáky: 4. až 9. třídy
Celková časová náročnost aktivit: 1 vyučovací hodina

Cíl a představení

Dokumentární film žákům ukazuje, že to, jakým způsobem komunikujeme, má vliv na situace, které prožíváme. Žáci se dozvídají **praktické rady**, díky kterým mohou **způsob komunikace** poupravit. Tím mohou **uzdravovat vztahy** s námi dospělými.

U žáků se zvyšuje **sociální inteligence**. Všímají si toho, že každý má svoje **potřeby**, které je vhodné respektovat. Díky tomu mohou ostatní vyslyšet jejich vlastní potřeby.

V dokumentárním filmu využíváme kombinaci **Pozitivní psychologie** a **Nenásilné komunikace**. Obě metody jsou prověřené a praktické. Pro lepší pochopitelnost jsou situace v dokumentu záměrně vyhrocené. 😊

Dokument mohl vzniknout a být vylepšen díky mnohým z Vás a Vaším žákům. Proto věříme, že přináší reálný užitek.

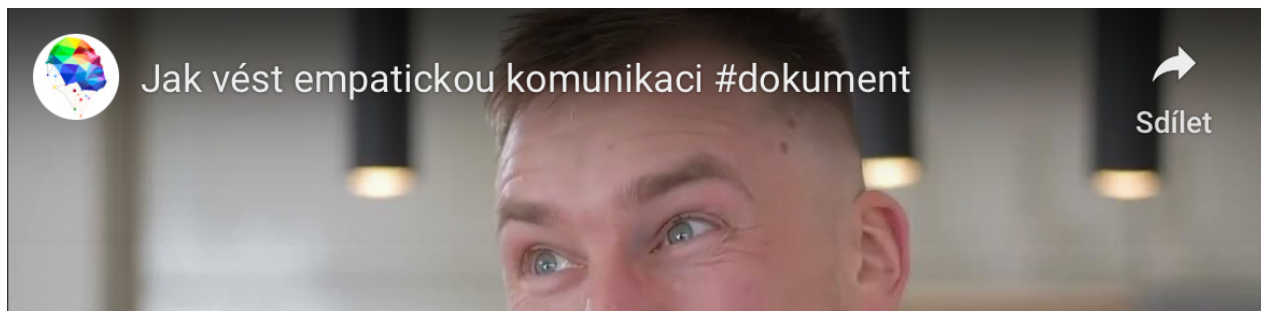
Trojice aktivit do hodiny

Během jedné vyučovací hodiny můžete využít trojici aktivit, které Vás a Vaši třídu provedou světem vytříbené komunikace. Přejeme Vám příjemnou zábavu! ;)

Václav Flíček a Zdeněk Sklenář

Zhlédnutí dokumentu

Aktivita č.1



náročnost aktivity:
snadná

časová dotace:
20 minut

co k aktivitě potřebujete: zvukový aparát, internetové připojení, projektor a plátno / chytrá tabule

Popis aktivity

Pohodlně se usadte před plátno, tak aby každý viděl a dobře slyšel. Zvuk je u tohoto dokumentu důležitý.

Povedlo se Vám někdy vyřešit konfliktní situaci způsobem, na který jste hrdý/á? Ještě před spuštěním dokumentu se můžete se žáky o Váš zážitek podělit. Osobní zkušenost (zvláště komicky zbarvená) je tou nejcennější.

Po Vašem úvodu nastává ten správný čas na spuštění dokumentu, který naleznete zde:

<https://www.probud.cz/fakenews/dokument-empaticka-komunikace/>

Diskuse

Aktivita č.2



Aktivita přímo navazuje na aktivitu č.1

náročnost aktivity: **časová dotace:**
vyžaduje spolupráci 20 minut

co k aktivitě potřebujete: předmět opravňující mluvit

Popis aktivity

Společně jste zhlédli dokument, který ukazuje konfliktní situace v novém obraze. Otevírá se tak prostor pro diskuzi.

Vyberte si jakýkoliv předmět ve vaší blízkosti. Žákům vysvětlete, že právě tento předmět opravňuje toho, kdo jej drží v ruce mluvit. Ostatní v tichosti poslouchají a hlásí se o předmět, aby mohli vstoupit do diskuze.

Nejspíše Vás samotné, nebo žáky, napadne mnoho otázek, které do diskuze zapojit. Nicméně, můžete využít i návodných otázek níže.

- Jaké emoce vás dokáží tak pohlit, že nezvládáte svoje reakce? Proč?
- Bojíte se konfliktů? Proč?
- Jaké doporučení vyzkoušíte v reálném životě?

Zápis doporučení

Závěrečná aktivita č.3



Aktivita přímo navazuje na aktivitu č.2

náročnost aktivity: snadná **časová dotace:** 5 minut

co k aktivitě potřebujete: psací potřeby

Popis aktivity

Zhlédli jste dokument a každý dostal prostor vyjádřit svůj pohled na věc v diskusi. Víme, že co je psáno, to je dáno. Proto přichází čas třetí aktivity, kde si rady, které nám sedí zapíšeme do notýsku, či na prázdný list papíru.

S dětmi se usadíme zpět do lavic, ať se nám dobře píše. Všichni zapíšeme odpověď na otázku:

Jaké doporučení z dokumentu vyzkoušíte v reálném životě?

Toto vlastní doporučení si žáci vezmou **s sebou domů**. Tím se aktivity uzavírají a hodina končí.

Upozornění: Odpovědi nebudou shodné, a to je správně. Každý si napíše jen to, co je mu nejbližší, a je to ochoten v životě vyzkoušet.

Líbil se Vám dokument?

Doplňková aktivita



Dejte nám o tom prosím vědět

Napište [recenzi na Googlu](#).

Dejte odběr našemu kanálu na [YouTube](#), [Instagramu](#), [Facebooku](#).

Sdílejte mezi žáky a rodiči:

<https://www.probud.cz/fakenews/dokument-empaticka-komunikace/>

Ať konflikty ustojíte s grácií
Václav Flíček a Zdeněk Sklenář

PROJEKT
BUDOUCNOST