



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
OP Praha – pól růstu ČR



EDUcentrum

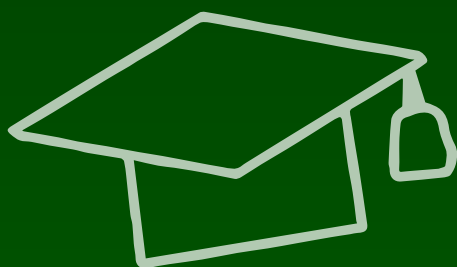


DEMOKRATICKÁ
ŠKOLA

Metodický list

Asertivní dovednosti – nácvik poskytování nezraňující kritiky

Časová náročnost:	20 minut
Cílová skupina:	4. ročník SŠ
Počet studentů:	30
Vzdělávací oblast:	Odborné předměty – Psychologie a sociologie
Průřezová témata:	Občan v demokratické společnosti Člověk a svět práce
Klíčové kompetence:	Kompetence personální a sociální
Pomůcky:	Prezenční výuka: zábavná pomůcka – výrazné brýle, atypická čepice, veselý svetr, triko apod. Distanční výuka: výuka může probíhat přes platformy MS Teams, ZOOM, Google Classroom, zábavná pomůcka – výrazné brýle, atypická čepice, veselý svetr, triko apod.
Klíčová slova:	asertivita, kritika, empatie
Způsob ověření:	DISTANČNÍ
Autor, datum:	Roman Liška (10.2.2021)



ANOTACE aneb O ČEM JE TATO AKTIVITA?



Aktivita rozvíjí asertivní dovednosti u žáků středních škol. Cílem je naučit se poskytovat nezraňující kritiku. V průběhu aktivity žáci rozvíjí schopnost zvládnání zátěžové situace a poskytování kritiky na principu VEK (ventilace, empatie, komunikace).

CÍLE



Student je schopen poskytovat nezraňující kritiku.

Student chápe význam podpory jako alternativy ke kritice a dokáže podporu aplikovat.

Student je schopen dávat ostatním podnětnou zpětnou vazbu.

POPIS PRŮBĚHU AKTIVITY aneb JAK NA TO?



Prezenční forma:

Při příchodu do třídy (v rámci běžné prezenční výuky) máme na sobě nějaký směšný nebo nelogický doplněk (např. mikulášskou čepici v létě, rukavice, pantofle, směšnou košili, svetr, brýle apod.). V prezenční výuce si studenty posadíme do kruhu a vytvoříme neformální atmosféru. Protože studenti netuší, co se děje, vzezření vyučujícího nenápadně komentují. Sledujeme reakce studentů (můžeme nenápadně diskusi provokovat) a studenty vyzvat, aby zevnějšek vyučujícího nekomentovali za jeho zády, ale aby veřejně všem sdělili, co se jim nelíbí. Studenti jsou zpočátku nesmělí, nicméně brzy pochopí, že jde o didaktickou situaci a smělejší se odváží zevnějšek vyučujícího kritizovat. Ten po každé kritice prostřednictvím techniky otevřených dveří asertivně reaguje a vyjádří míru svého „zranění“.

Podle formy kritiky, kterou studenti volí, je vedeme buď k zesilování kritiky, či jejímu zeslabování. Cílem je, aby si studenti uvědomili, že nejzranitelnější kritiku poskytují tehdy, pokud kritizují osobnost kritizovaného. A naopak nejcitlivější kritiku tehdy, pokud postupují od sebe a vyjadřují empatii (např. „Chápu, že nosíš tento klobouk“), svůj problém ventilují (např. „víš, ale cítím, že...“) a komunikují (např. „možná bys mohl použít tu žlutou čepici, která ti lépe jde ke svetr.“) Vysvětlujeme studentům možnost nahrazení kritiky podporou a pomocí (např. „pokud budeš chtít, můžeme společně vybrat čepici, která tu bude k tvému outfitu vhodnější“).

V následné diskusi studenti probírají situace, ve kterých byli kritizováni nebo poskytovali kritiku druhému. Situaci analyzují z pohledu již naučeného. Sdílí pozitivní i negativní zkušenosti. Studenty vedeme k vzájemné podpoře a pochopení.

Distanční forma:

Aktivitu lze realizovat i v distanční výuce synchronní online formou. Je vhodné, aby studenti měli zapnuté mikrofony a kamery.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
OP Praha – pól růstu ČR



EDUcentrum



CO UKÁZALA PRAXE A REFLEXE?



Aktivita vyžaduje pohodovou atmosféru ve třídě a vzájemnou důvěru mezi vyučujícím a studenty. Studenti se zpočátku obávají kritizovat vyučujícího, ten proto musí u své osoby volit i formu sebekritiky. Vhodné je v reakci na kritiku studentů využít techniku „otevřených dveří“ (např. „nejen, že mám špatný klobouk, ale vzal jsem si dnes i špatné boty“). To zpravidla atmosféru uvolní a žáci jsou pak smělejší.

DALŠÍ POZNÁMKY, TIPY NEBO DOPORUČENÍ



V případě online formy je vhodné, aby studenti měli zapnuté kamery a zvuk, aby vyučující mohl lépe vnímat atmosféru ve skupině a operativně na ni reagovat.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
OP Praha – pól růstu ČR



EDUcentrum



DEMOKRATICKÁ
SKOLA