

Neodsuzujme druhé, raději se je snažme chápat a povzbuzovat

Anotace

Žáci se prostřednictvím příběhu a praktického cvičení naučí ocenit význam pozitivní zpětné vazby, důležitost pochopení druhého a důvodů, proč jedná právě tak, jak jedná. Účinky povzbuzení a ocenění budou kontrastně spojeny s kritikou pro větší názornost.

Základní principy

- Ocenění a povzbuzení člověka je v práci i osobním životě nejúčinnější motivací. Snaha pochopit druhého, proč jedná právě tak, jak jedná, přináší porozumění, snášenlivost a otevírá dveře k řešení problémových situací.
- Omezením kritických výroků, soustředěním se na pozitivní stránky a povzbuzením druhých lidí lze dosáhnout lepších vzájemných vztahů i výsledků v práci.

Prostor na
poznámky:

Rozvíjené oblasti podle Skills Builder¹

Vůdčí schopnosti
Pozitivní nastavení
Řešení problémů

Zdroje:

Carnegie, Dale. 1992. *Jak získat přátele a působit na lidi. část I. Základní pravidla jednání s lidmi. Kapitola 2.*
Tough, Paul. 2016. *Helping Children Succeed: What Works and Why [online].* Dostupné z: paultough.com/helping (cit. 17.8.2018)

¹ Na stránkách <http://podnikavaskola.cz/skills-builder/> naleznete českou verzi základních principů rozvoje klíčových dovedností. Každá z dovedností je rozdělena do 15 dosažitelných, osvojitelných a měřitelných kroků.

Neodsuzujeme druhé, raději se je snažme chápat a povzbuzovat

„Na světě snad neexistuje člověk, který by nepracoval lépe a více se nesnažil,
pokud je oceněn a dostane se mu povzbuzení.“

Dale Carnegie

Úvodní aktivita

Učitel společně s žáky může diskutovat o významu uvedeného citátu.

- Souhlasíte s citátem? Pokud ano, proč? Pokud ne, proč?

Příběh O vděčném býkovi

Cílem aktivity je poukázat na sílu pochvaly a rizika kritiky. Učitel společně s žáky přečte příběh O vděčném býkovi

(převyprávěno dle knihy: Dharmachari Nagaraja. 2010. Budhovy pohádky na dobrou noc. Praha: Synergie)

Na statku chudého farmáře Brunyho žil krásný a silný býk, kterému říkali Krasavec. Farmář Bruny, přestože nebyl bohatý, se ke svým zvířatům choval vždy s láskou a vlídností. Býk se proto rozhodl, že se farmáři odvděčí. Navrhl mu, že vyzve k soutěži v přetahování nejsilnějšího býka, který žil na sousední farmě bohatého farmáře Čendy. Brunymu, řekl, ať si na jeho vítězství vsadí. Krasavec si byl jistý, že vyhraje.

Farmáři se to zdálo jako dobrý nápad, a tak ještě ten den navštívil farmáře Čendu. Čenda výzvu s radostí přijal a navrhl, že majitel vítězného býka dostane od majitele poraženého býka 100 zlatých jako odměnu. Přestože pro farmáře Brunyho bylo 100 zlatých opravdu hodně peněz, byl si vítězstvím svého býka natolik jistý, že sázku přijal.

SCHOLA EMPIRICA

Učíme se podnikavosti

Pracovní list pro žáky:
Jednání s lidmi č. 1

Neodsuzujeme druhé, raději se je snažme chápat a povzbuzovat

„Na světě snad neexistuje člověk, který by nepracoval lépe a více se nesnažil,
pokud je oceněn a dostane se mu povzbuzení.“

Dale Carnegie


Příběh O vděčném býkovi

(převyprávěno dle knihy: Dharmachari Nagaraja. 2010. Budhovy pohádky na dobrou noc. Praha: Synergie)

Na statku chudého farmáře Brunyho žil krásný a silný býk, kterému říkali Krasavec. Farmář Bruny, přestože nebyl bohatý, se ke svým zvířatům choval vždy s láskou a vlídností. Býk se proto rozhodl, že se farmáři odvděčí. Navrhl mu, že vyzve k soutěži v přetahování nejsilnějšího býka, který žil na sousední farmě bohatého farmáře Čanga. Brunymu, řekl, ať si na jeho vítězství vsadí. Krasavec si byl jistý, že vyhraje.

Farmáři se to zdálo jako dobrý nápad a tak ještě ten den navštívil farmáře Čanga. Čang výzvu s radostí přijal a navrhl, že majitel vítězného býka dostane od majitele poraženého býka 100 zlatých jako odměnu. Přestože pro farmáře Brunyho bylo 100 zlatých opravdu hodně peněz, byl si vítězstvím svého býka natolik jistý, že sázku přijal.

Soutěž byla ujednána a zpráva o jejím konání se rozletěla široce daleko. Na závod se přišli podívat snad všichni farmáři z okolí. Statní býci osou farmářů stáli zády k sobě uprostřed louky a mezi nimi bylo nataženo lano přivázané k jejich postrojům. Farmář Bruny mívnutím ruky odstaroval závod a býci začali táhnout tak silně, jak jen dovedli, ale i po hodné chvíli žádný



U
k
á
z
k
a

l
i
s
t
u

p
r
o

ž
á
k
y

1

Soutěž byla ujednána a zpráva o jejím konání se rozletěla široko daleko. Na závod se přišli podívat snad všichni farmáři z okolí. Statní býci obou farmářů stáli zády k sobě připraveni uprostřed louky a mezi nimi bylo nataženo lano přivázané k jejich postrojům. Farmář Bruny mávnutím ruky odstartoval závod a býci začali táhnout tak silně, jak jen dovedli, ale i po hodné chvílce žádný nedokázal přetáhnout toho druhého ani o kousek. Po několika minutách se farmář Bruny začal bát, že jeho býk prohraje. Zvedl proto ze země klacek a se slovy „Táhni víc, ty líný býku! Opři se do toho, nebo prohraješ!“ přetáhl býka po zádech. Býk byl tak překvapený a rozrušený z toho, co farmář udělal, že přestal táhnout a vůbec se nesnažil. Myslel si: „Chtěl jsem farmáři pomoci, nikdy jsem mu neudělal nic špatného, tak proč mě nyní bije a nadává mi?“ Druhý býk využil příležitost, přetáhl Krasavce na svou stranu a vyhrál.

Farmář Bruno vyplatil výhru vítězi a rozčilený křičel na svého býka: „Tys to vzdal, ani ses nesnažil! Přišel jsem o 100 zlatých, chceš mě zničit?“ Býk zavrtěl hlavou a smutně řekl: „Ale ty jsi o mně řekl, že jsem líný a bil jsi mě klackem. Čím jsem si zasloužil takové zacházení?“ Farmář Bruny se zarazil a zamyslel se nad tím, jak se choval. Zahanbeně se omluvil býku: „Omlouvám se, zmatkoval jsem, protože jsem se bál, že prohraješ“. Býk Brunymu řekl: „Rozumím ti a odpouštím ti. Pořád ještě můžeme závod vyhrát“. Navrhl, aby farmář zašel za farmářem Čendou a vyzval ho k opakování soutěže s výhrou pro vítěze 200 zlatých. Ještě předtím musel farmář býkovi slíbit, že na něj bude milý a bude ho povzbuzovat.

Zanedlouho se uskutečnilo druhé kolo závodu v přetahování. Tentokrát Krasavce farmář skutečně povzbuzoval. Dodával mu odvalu voláním: „Do toho, ty to dokážeš! Jsi silný, moudrý býk!“ Přitom ho poplácával po zádech, aby mu ukázal svou náklonnost a podporu. Býk sebral všechny síly, krůček po krůčku táhl druhého býka, až jej přetáhl přes čáru a

SCHOLA EMPIRICA

Učíme se podnikavosti

Pracovní list pro žáky:
Jednání s lidmi č. 1

nedokázal přetáhnout toho druhého ani o kousek. Po několika minutách se farmář Bruny začal bát, že jeho býk prohraje. Zvedl proto ze země klacek a se slovy „Táhni víc ty líný býku! Opři se do toho, nebo prohraješ!“ přetáhl býka po zádech. Býk byl tak překvapený a rozrušený z toho, co farmář udělal, že přestal táhnout a vůbec se nesnažil. Myslel si: „Chtěl jsem farmáři pomoci, nikdy jsem mu neudělal nic špatného, tak proč mě nyní bije a nadává mi?“ Druhý býk využil příležitost, a přetáhl Krasavce na svou stranu a vyhrál.

Farmář Bruno vyplatil výhru vítězi a rozčilený křičel na svého býka: „Tys to vzdal, ani ses nesnažil! Přišel jsem o 100 zlatých, chceš mě zničit?“ Býk zavrtěl hlavou a smutně řekl: „Ale ty jsi o mně řekl, že jsem líný a bil jsi mě klackem. Čím jsem si zasloužil takové zacházení?“ Farmář Bruny se zarazil a zamyslel se nad tím, jak se choval. Zahanbeně se omluvil býku: „Omlouvám se, zmatkoval jsem, protože jsem se bál, že prohraješ“. Býk Brunymu řekl: „Rozumím ti a odpouštím ti. Pořád ještě můžeme závod vyhrát“. Navrhl, aby farmář zašel za farmářem Čendou a vyzval ho k opakování soutěže s výhrou pro vítěze 200 zlatých. Ještě předtím musel farmář býkovi slíbit, že na něj bude milý a bude ho povzbuzovat.

Zanedlouho se uskutečnilo druhé kolo závodu v přetahování. Tentokrát Krasavce farmář skutečně povzbuzoval. Dodával mu odvalu voláním: „Do toho, ty to dokážeš! Jsi silný, moudrý býk!“ Přitom ho poplácával po zádech, aby mu ukázal svou náklonnost a podporu. Býk sebral všechny síly, krůček po krůčku táhl druhého býka, až jej přetáhl přes čáru a vyhrál. Farmář Bruno jásal a byl na svého býka pyšný. Za část výhry uspořádal večeř oslavu a býkovi slíbil, že se k němu už nikdy nebude chovat ostlivě.



U
k
á
z
k
a

l
i
s
t
u

p
r
o

ž
á
k
y

2

vyhrál. Farmář Bruno jásal a byl na svého býka pyšný. Za část výhry uspořádal večer oslavu a býkovi slíbil, že se k němu už nikdy nebude chovat ošklivě.

Aktivita č. 1: Zamyšlení nad příběhem

Rozdělte žáky do menších pracovních skupin dle svého uvážení a nechte je hledat odpovědi na otázky. Po stanoveném čase každá skupina prezentuje své názory ostatním spolužákům.

- O čem je podle vás příběh O vděčném býkovi?
- Z jakého důvodu prohrál býk farmáře Brunyho první kolo soutěže v přetahování?
- Jak se cítil býk Krasavec při prvním kole soutěže v přetahování?
- Jak se změnilo chování farmáře Brunyho v druhém kole soutěže v přetahování a proč?

Doplňková aktivita

Nacvičte s žáky divadelní scénku na motivy příběhu O vděčném býkovi.

Aktivita č. 2: Plnění úkolu

Cílem aktivity je prostřednictvím hry žákům umožnit názorně sledovat vliv podpory a pozitivní zpětné vazby při konkrétní činnosti.

- Vyberte 2 dobrovolníky ve třídě, kteří půjdou za dveře a počkají, než je zavoláte zpět.
- Vysvětlete žákům, že mají vymyslet jeden úkol pro dobrovolníky, který mají vykonat ve třídě (např. otevřít okno, otočit flip chart, vzít do ruky konkrétní věc a podobně).
- Vysvětlete pravidla: Jakmile vejde první dobrovolník do třídy, bude mu řečeno, že má splnit bližší nespecifikovaný úkol. Další instrukce nedostane. Ostatní se však mohou pomocí gest a citoslovcí vyjadřovat negativně ve chvíli, kdy se dobrovolník vzdaluje od svého cíle. Jakmile se přibližuje ke splnění úkolu, všichni nehnutě mlčí.

Pracovní list pro žáky (2. stupeň):
Jednání s lidmi č. 1


Učíme se podnikavosti

Zamyšlení nad příběhem

- O čem je podle vás příběh O vděčném býkovi?
- Z jakého důvodu prohrál býk farmáře Brunyho první kolo soutěže v přetahování?
- Jak se cítil býk Krasavec při prvním kole soutěže v přetahování?
- Jak se změnilo chování farmáře Brunyho v druhém kole soutěže v přetahování a proč?

Doplňková aktivita

Zahrajte si divadelní scénku na motivy příběhu O vděčném býkovi.



Plnění úkolu

Poslouchejte paní učitelku, jaká jsou pravidla hry.
...pořádně se zamyslete nad výběrem vašeho úkolu...



Po skončení aktivity se zamyslete nad otázkami:

- Jaký měl podle vás pocit první dobrovolník?
- Jaký měl podle vás pocit druhý dobrovolník?
- Dobrovolníci, jaký jste měli opravdu pocit?

3

© SCHOLA EMPIRICA Creative Commons 4.0

4. Po vysvětlení pravidel žákům pozvěte 1. dobrovolníka do třídy a nechte jej splnit očekávaný úkol. Pokud úkol nebude splněn do 5 (případně 10) minut, ukončete jeho snažení.

5. Vysvětlete pravidla pro 2. dobrovolníka: Průběh je totožný, jako tomu bylo u prvního dobrovolníka, s tím rozdílem, že všichni hlasitě a souhlasně povzbuzují ve chvíli, kdy se dotyčný přibližuje ke splnění úkolu (podobně jako při hře „Přihořívá“). Úkol zůstává stejný.

Očekávaný průběh aktivity: 2. dobrovolník by měl být schopen splnit požadovaný úkol podstatně rychleji než 1. dobrovolník, který pravděpodobně vůbec nebude schopen úkol splnit.

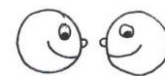
6. Rozdělte žáky do menších pracovních skupin dle svého uvážení a nechte je zamyslet se nad odpovědí na první dvě otázky. Po stanoveném čase každá skupina sdílí svůj pohled s ostatními spolužáky. Poté svůj pohled sdílí dobrovolníci. Vedte s žáky diskusi o tom, jaký důsledek měla kritika a jaký pochvala.

- a. Jaký měl podle vás pocit první dobrovolník?
- b. Jaký měl podle vás pocit druhý dobrovolník?
- c. Dobrovolníci, jaký jste měli opravdu pocit?

Varianta: Zadejte žákům za domácí úkol pozorovat své pocity, když jim rodiče zadají úkol a při jeho plnění je kritizují/povzbuzují. Na začátku další společné hodiny žákům umožněte sdílení svých zkušeností.

Jak navazuje tato aktivita na strukturu podnikatelského záměru?

Schopnost chápat jednání druhých a snažit se je povzbudit je klíčová pro dosahování dlouhodobých cílů v rámci týmu (pracovní list 10.2.).



Upřímná pochvala dělá zázraky

Anotace

Žáci se pomocí příběhu a praktického cvičení naučí ocenit pozitivní vliv upřímné pochvaly při jednání s druhými lidmi a procvičí se v rozpoznání upřímné pochvaly od pochlebování.

Základní principy

- Pro navozování pozitivních mezilidských vztahů a důvěry je klíčové hledat u druhých lidí jejich kladné stránky a nahlas o nich hovořit.
- Zaměření pozornosti k silným stránkám člověka, a nemusí se vždy jednat o velké výkony, ale „pouze“ o maličkosti, navozuje pozitivní mezilidské vztahy a motivuje k dalšímu růstu.

Prostor na
poznámky:

Rozvíjené oblasti podle Skills Builder¹

Vůdčí schopnosti
Pozitivní nastavení
Řešení problémů

Zdroje:

Carnegie, Dale. 1992. *Jak získat přátele a působit na lidi. část I. Základní pravidla jednání s lidmi. Kapitola 2.*

Tough, Paul. 2016. *Helping Children Succeed: What Works and Why [online]. Dostupné z: paultough.com/helping (cit. 17.8.2018)*

¹ Na stránkách <http://podnikavaskola.cz/skills-builder/> naleznete českou verzi základních principů rozvoje klíčových dovedností. Každá z dovedností je rozdělena do 15 dosažitelných, osvojitelných a měřitelných kroků.

Upřímná pochvala dělá zázraky

„Opravdové uznání, ocenění a povzbuzení motivuje lidi k lepším výkonům.“

Dale Carnegie

Úvodní aktivita

Učitel společně s žáky může diskutovat o významu uvedeného citátu.

- Souhlasíte s citátem? Pokud ano, proč? Pokud ne, proč?

Aktivita č. 1: Tajný přítel

Cílem aktivity je povzbudit žáky k upřímné pochvalě druhého a zakusit, jak se lidé cítí, když je někdo chválí.

- Každý žák na kousek papírku napíše své jméno, složí jej a hodí do společného pytlíku.
- Učitel sdělí žákům následující instrukce: Každý si vylosuje jméno jednoho svého spolužáka. Zamyslete se nad tím, co se vám na něm zamlouvá, co na něm oceňujete. Každý napište jednu větu, která bude vyjadřovat, čeho si na dotyčném ceníte nebo za co jej chcete pochválit. Snažte se být konkrétní – příklad: místo věty „Anička je hodná.“ je lepší popsat konkrétní situaci, kdy tuto vlastnost projevila, například „Včera Anička pomohla Janě s domácím úkolem, který jí nešel.“ Místo věty „Pepa je zábavný.“ je lepší napsat „Pepa včera vyprávěl o přestávce dva vtipy, kterým jsem se zasmál.“ Zdůrazněte, že se musí jednat o pochvalu, ne o kritiku či hledání chyb.
- Následně si každý vylosuje jméno jiného spolužáka, nebude jej sdělovat nahlas a zapíše tři pochvalné věty. Papírky všichni vrátí do společného pytlíku.
- Učitel následně vytahuje jeden papírek po druhém a přečte vyjádření na papírku třídě.
- Po přečtení všech pochval učitel s žáky vede diskusi nad následujícími otázkami:

Učíme se podnikavosti
Pracovní list pro žáky:
Jednání s lidmi č. 2

Upřímná pochvala dělá zázraky
„Opravdové uznání, ocenění a povzbuzení motivuje lidi k lepším výkonům.“
Dale Carnegie

Tajný přítel

Aktivita

- Napište své jméno na kousek papírku, složte jej a hoďte do společného pytlíku.
- Poté až všichni spolužáci hodí papírek do sáčku, si každý vylosuje jeden z papírků a přečtete si na něm potají jméno svého spolužáka.
- Zamyslete se nad tím, co se vám na vylosovaném spolužákově zamlouvá, co na něm oceňujete.
- Napište tři věty, které budou vyjadřovat, čeho si na dotyčném ceníte nebo za co jej chcete pochválit. Snažte se být konkrétní – příklad: místo věty „Anička je hodná.“ je lepší popsat konkrétní situaci, kdy tuto vlastnost projevila, například „Včera Anička pomohla Janě s domácím úkolem, který jí nešel.“ Místo věty „Pepa je zábavný.“ je lepší napsat „Pepa včera vyprávěl o přestávce dva vtipy, kterým jsem se zasmál.“
- Přeložte papírek a vhoďte jej opět do sáčku.
- Poslouchejte paní učitelku, která vám bude postupně odhalovat tajemství papírků.

Po skončení aktivity se zamyslete nad otázkami:
a. Jak jste se cítili, když jste byli chváleni?
b. Jalé pro vás bylo vymyslet a napsat tři pochvalné věty o spolužákově?

1

- Jak jste se cítili, když jste byli chváleni?
- Jaké pro vás bylo vymyslet a napsat tři pochvalné věty o spolužákovi?

Příběh Liška a vrána

Ezopské bajky

Cílem aktivity je poukázat na negativní stránky pochlebování. Učitel společně s žáky přečte bajku Liška a vrána:

Liška se potulovala a marně hledala něco k snědku. Den byl dlouhý a ona byla velmi hladová. „Nic jiného na světě bych nechtěla víc,“ říkala si toužebně, „než pěkný kousek sýra“.

Zrovna když jí tahle myšlenka táhla hlavou, pohlédla vzhůru do větví stromu, který míjela. Ke svému úžasu uviděla černou vránu sedící na stromě. V zobáku měla kus sýra. Liška se chtivě olízla. Rozhodla se něco udělat, aby ten sýr od ptáka dostala.

„Ach, vráno,“ řekla obdivně a rozplývala se jako máslo, „jaký ty jsi krásný pták. Tvé peří je tak jemné a černé, tvůj zobák tak pěkně zakřivený. Jestliže je...“ Liška se zarazila a zavrtěla pochybovačně hlavou. Vrána pohlédla dolů a očekávala, co liška řekne dál. „Jestliže je“, pokračovala liška, „tvůj hlas tak krásný jako tvůj zjev, mohla bys být královnou mezi ptáky.“

Velmi polichocení pták otevřel zobák a hlasitě zakrákal, aby ukázal, že umí zpívat. Jak to udělal, kus sýra spadl na zem. Liška ho sebrala a utekla s ním.

Naučení: Dej si pozor na lichotky, které nejsou míněny vážně.

SCHOLA EMPIRICA

Učíme se podnikavosti

Pracovní list pro žáky
Jednání s lidmi č. 2

Příběh Liška a vrána


Ezopské bajky

Liška se potulovala a marně hledala něco k snědku. Den byl dlouhý a ona byla velmi hladová. „Nic jiného na světě bych nechtěla víc,“ říkala si toužebně, „než pěkný kousek sýra“.


Zrovna když jí tahle myšlenka táhla hlavou, pohlédla vzhůru do větví stromu, který míjela. Ke svému úžasu uviděla černou vránu sedící na stromě. V zobáku měla kus sýra. Liška se chtivě olízla. Rozhodla se něco udělat, aby ten sýr od ptáka dostala.

„Ach, vráno,“ řekla obdivně a rozplývala se jako máslo. „Jaký ty jsi krásný pták. Tvé peří je tak jemné a černé, tvůj zobák tak pěkně zakřivený. Jestliže je...“ Liška se zarazila a zavrtěla pochybovačně hlavou. Vrána pohlédla dolů a očekávala, co liška řekne dál. „Jestliže je“, pokračovala liška, „tvůj hlas tak krásný jako tvůj zjev, mohla bys být královnou mezi ptáky.“

Velmi polichocení pták otevřel zobák a hlasitě zakrákal, aby ukázal, že umí zpívat. Jak to udělal, kus sýra spadl na zem. Liška ho sebrala a utekla s ním.



Dej si pozor na lichotky, které nejsou míněny vážně.



2

Aktivita č. 2: Zamyšlení nad příběhem

Rozdělte žáky do menších pracovních skupin dle svého uvážení a nechte je hledat odpovědi na otázky. Po stanoveném čase každá skupina prezentuje své názory ostatním spolužákům.

- a. O čem si myslíte, že vypráví bajka Liška a vrána?
- b. Jakými prostředky liška dosáhla svého cíle?
- c. Jak se cítila vrána?

Doplňková aktivita

Nacvičte s žáky divadelní scénku na motivy bajky Liška a vrána.

Jak navazují tyto aktivity na strukturu podnikatelského záměru?

Schopnost vidět na druhých lidech to dobré a vyjádřit to je klíčová pro dobré vztahy a dosahování dlouhodobých cílů v rámci týmu (pracovní list 10.2.).

SCHOLA EMPIRICA

Učíme se podnikavosti

Pracovní list pro žáky:
Jednání s lidmi č. 2

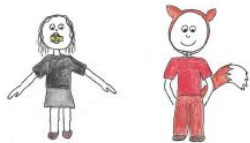
Aktivita
Zamyslete se nad příběhem:

- a. O čem si myslíte, že vypráví bajka Liška a vrána?

- b. Jakými prostředky liška dosáhla svého cíle?

- c. Jak se cítila vrána?

Doplňková aktivita
Zahrajte si divadelní scénku na motivy bajky Liška a vrána.



3

U
k
á
z
k
a

l
i
s
t
u

p
r
o
ž
á
k
y



Podívejte se na věci tak, jak je vidí ten druhý

Anotace

Žáci se prostřednictvím praktického cvičení a modelové situace procvičí v náhledu na jednu situaci z různých úhlů pohledu. Naučí se odpoutat se od vlastního pohledu na svět a vcítit se do situace druhého člověka. Budou hledat cesty porozumění a řešení problémů s win-win výsledkem.

Základní principy

- Při naplňování svých vlastních cílů je moudré hledět na potřeby druhých a hledat cesty, jak propojit naplňování jejich potřeb a vlastních cílů ku prospěchu obou stran.
- Pokud chceme někoho přesvědčit či nadchnout pro svůj záměr, vyplácí se najít důvody, v čem je můj záměr prospěšný pro toho druhého. Je dobré se zamyslet, které problémy či potřeby druhých lidí pomůže můj záměr vyřešit, a zdůraznit to.

Prostor na
poznámky:

Rozvíjené oblasti podle Skills Builder¹

Schopnost naslouchat

Kreativní myšlení

Řešení problémů

Zdroje:

Carnegie, Dale. 1992. *Jak získat přátele a působit na lidi. část I. Základní pravidla jednání s lidmi. Kapitola 2.*

Tough, Paul. 2016. *Helping Children Succeed: What Works and Why [online]. Dostupné z: paultough.com/helping (cit. 17.8.2018)*

¹ Na stránkách <http://podnikavaskola.cz/skills-builder/> naleznete českou verzi základních principů rozvoje klíčových dovedností. Každá z dovedností je rozdělena do 15 dosažitelných, osvojitelných a měřitelných kroků.

Podívejte se na věci tak, jak je vidí ten druhý

“Když jdu rybařit, nemyslím na to, co chutná mě, ale na to, co chutná rybám. Nechytám je na jahody se smetanou, ale raději dám na háček červíka nebo kobylku.”

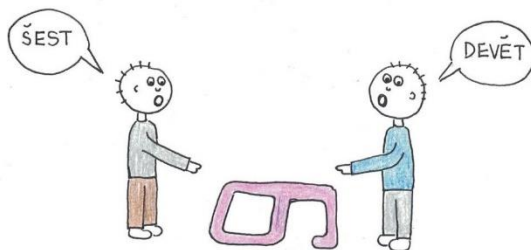
Dale Carnegie

„Je-li nějaké tajemství úspěchu, spočívá ve schopnosti chápat stanovisko druhého a posuzovat věci z jeho i ze svého hlediska.“

Henry Ford

Úvodní aktivita - Různý úhel pohledu

Cílem aktivity je poukázat na význam různých úhlů pohledu. Pravdu mohou mít obě strany a vystoupení z vlastních pozic vede k porozumění a toleranci pohledu druhého člověka. Rozdělte žáky do menších skupin dle svého uvážení a ukažte jim obrázek. Nechte žáky v rámci skupin zamyslet se nad uvedenými otázkami.



Otázky:

- Kdo si myslíte, že má pravdu? A proč?
- Napadá vás situace z vašeho života, kdy jste měli jiný názor na věc než někdo jiný?

Po uplynutí stanoveného času diskutujte s žáky jejich odpovědi.

SCHOLA EMPIRICA

Učíme se podnikavosti

Pracovní list pro žáky (2. stupeň):
Jednání s lidmi č. 3

Podívejte se na věci tak, jak je vidí ten druhý

“Když jdu rybařit, nemyslím na to, co chutná mě, ale na to, co chutná rybám. Nechytám je na jahody se smetanou, ale raději dám na háček červíka nebo kobylku.”
Dale Carnegie

„Je-li nějaké tajemství úspěchu, spočívá ve schopnosti chápat stanovisko druhého a posuzovat věci z jeho i ze svého hlediska.“
Henry Ford

Různý úhel pohledu

Se spolužáky se podívejte na následující obrázek a zamyslete se nad odpovědi na uvedené otázky.

- Kdo si myslíte, že má pravdu? A proč?
- Napadá vás situace z vašeho života, kdy jste měli jiný názor na věc než někdo jiný?

1

U
k
á
z
k
a
l
i
s
t
u
p
r
o
ž
á
k
y

Varianta: Napište číslo 6/9 na papír, rozdělte třídu na dvě skupiny a nechte každou skupinu podívat se na číslo z jedné strany a říci, které číslo vidí. Zamyslete se nad významem situace pomocí výše uvedených otázek.

Aktivita č. 1: Vidím do hlavy svých spolužáků?

Cílem aktivity je odhadnout odpověď většiny svých spolužáků. Tedy ne nutně odpověď, kterou by napsal on sám. Žáci mají možnost procvičit si schopnost vcítit se do druhého a dobře odhadnout představy jiných lidí.

1. Žáci budou potřebovat čistý papír a tužku.
2. Na tabuli napište následující seznam 10 obecných věcí: barvu, číslo od 0-10, den v týdnu, měsíc v roce, nápoj, písmeno, hudební nástroj, film, jméno žáka ze třídy, zvíře.
3. Sdělte žákům následující instrukce: Vaším úkolem je pokusit se ke každé položce na seznamu odhadnout, co napíše vaši spolužáci. Ne tedy to, co napadne jako první vás, ale to, co pravděpodobně napíše ostatní. Na konci dostane každý z vás tolik bodů, kolik spolužáků napsalo stejnou odpověď jako vy. Kdo bude mít nejvíce bodů, má nejlepší schopnosti vcítit se a dobře odhadnout představy ostatních.
4. Společně s žáky stanovte čas (cca 5 minut) na vyplnění odpovědí.
5. Po ukončení časového limitu vyzvěte žáky k odpovídání na jednotlivé body seznamu a zapisujte četnost odpovědí na tabuli.

Učíme se podnikavosti SCHOLA EMPIRICA
Pracovní list pro žáky (2. stupeň):
Jednání s lidmi č. 3

Vidím do hlavy svých spolužáků?

Nyní budete mít za úkol odhadnout, co si myslí většina tvých spolužáků. Poslouchejte pozorně paní učitelku, vysvětlí vám pravidla hry.

Jak přesvědčit kamarády, aby ...

Jak to udělat, aby mě kamarádi poslouchali a dělali to, co bych chtěl dělat já? Tuto otázku si klade občas každý. Nyní si společně vyskoušíme, jak toho dosáhnout. Poslouchejte pozorně paní učitelku, společně si to ukážete na příkladu.

Prostor na hédání:

2

6. Na základě nejvyššího počtu bodů vyhlase vítěze, tedy žáka, který byl nejlépe schopen vžít se do názorů svých spolužáků.

Jak navazuje tato aktivita na strukturu podnikatelského záměru?

Schopnost vcítit se do druhého člověka a odhadnout jejich představy je klíčová při identifikaci potřeb zákazníků (pracovní list 2.1.), vymezení charakteristik zákazníků (pracovní list 3.1.) a hledání řešení jejich problémů (pracovní list 4.2.).

Aktivita č. 2: Modelové situace - Jak přesvědčit kamarády, aby...

Cílem aktivity je procvičit se ve schopnosti identifikovat potřeby druhých a prostřednictvím naplnění těchto potřeb dosahovat vlastních cílů a potřeb. Důležitou součástí této schopnosti je probudit v druhých lidech nadšení.

1. Popište žákům modelovou situaci: Přejde za vámi kamarád/ka, abyste odpoledne šli ven na hřiště zahrát si míčovou hru se slovy: “Byla bych ráda, kdyby sis přišla dnes odpoledne zahrát na hřiště. V poslední době se nás totiž na hřišti schází málo.” Položte otázku:

- Jak na vás pozvánka působí? Přišli byste?

Nyní přečtěte druhou variantu: “Pojď dnes odpoledne na hřiště, určitě si potřebuješ provětrat hlavu a bude legrace. Řekla jsem i ostatním, ať přijdou.”

- Vnímáte rozdíl mezi pozvánkami? V čem?

(Klíčový rozdíl je v zaměření pozornosti: 1. varianta sděluje přání a potřeby mluvčí, 2. varianta se zaměřuje na potřeby a pozitivní motivaci osloveného)

2. Vyzvěte žáky, aby sdíleli příklady situací, kdy od druhého člověka něco chtěli, ale nepodařilo se jim ho přesvědčit. Příklady запиšte ve zkratce na tabuli. Zamyslete se nad možnou změnou přístupu.

Varianta: Rozdělte žáky do skupin dle uvážení a nechte je najít příklad podobné situace.

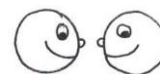
Poté každá skupinka dostane papír a bude hledat potřeby druhého člověka, které by jej mohly motivovat k účasti a spolupráci. Žáci mohou nacvičit krátké scénky.

Jak navazuje tato aktivita na strukturu podnikatelského záměru?

Schopnost vcítit se do druhého člověka a odhadnout jeho představy je klíčová při identifikaci potřeb zákazníka (pracovní list 2.1.) a hledání řešení jejich problémů (pracovní list 4.2.).

Pomůže nám také v hledání cest, jak upoutat zákazníka (pracovní list 5.2.)

Prostor na poznámky:



Jak řešit spory přátelskou cestou

Anotace

Žáci se seznámí s principy, jak vést a zvládnout sporné situace tak, aby nesouhlas a odlišný názor nepřerostl v hádku. Žáci si díky příběhům a modelovým situacím procvičí dovednosti spojené s nasloucháním, řešením problémů a pozitivním vnímáním nepříjemných situací.

Základní principy

- Když nastanou sporné situace, je klíčové začít s jejich řešením přátelsky. Násilím druhé donutit k souhlasu nemůžeme. Opravdové změny stanoviska se nám podaří dosáhnout, pokud jednáme laskavě.
- Pro člověka je přirozené při kritice začít bránit svůj názor. V takové chvíli je důležité zachovat chladnou hlavu a zvážit, zda naše první automatická reakce je tou nejlepší cestou k řešení daného problému.
- Pokud poskytneme svému oponentovi prostor hovořit a sdělit všechny své argumenty, zvyšujeme možnost vzájemného porozumění a bráníme vzniku komunikační bariéry.
- Neshody je dobré chápat jako příležitosti, jak se vyvarovat případných budoucích chyb. Pokud nás druhý člověk upozorní na něco, na co jsme nepomysleli, dělá nám tím dobrou službu.

Rozvíjené oblasti podle Skills Builder¹

Dovednosti: Naslouchání
Pozitivní nastavení
Prezentace
Řešení problémů

Zdroje:

Carnegie, Dale. 1992. *Jak získat přátele a působit na lidi. část I. Základní pravidla jednání s lidmi. Kapitola 2.*

Tough, Paul. 2016. *Helping Children Succeed: What Works and Why [online]. Dostupné z: paultough.com/helping (cit.17.8.2018)*

¹ Na stránkách <http://podnikavaskola.cz/skills-builder/> naleznete českou verzi základních principů rozvoje klíčových dovedností. Každá z dovedností je rozdělena do 15 dosažitelných, osvojitelných a měřitelných kroků.

Jak řešit spory přátelskou cestou

„Kapka medu přiláká více much než celý sud žluči.“

příслови

Úvodní aktivita

Učitel společně s žáky může diskutovat o významu uvedeného citátu.

- Souhlasíte s citátem? Pokud ano, proč? Pokud ne, proč?

Příběh O slunci a větru

Cílem aktivity je poukázat na sílu laskavosti a pozitivního přístupu, pokud chceme, aby se druzí otevřeli a byli vstřícní. Učitel společně s žáky přečte příběh O slunci a větru.

(převyprávěno dle Ezopovy bajky O slunci a větru)

Slunce a vítr se jednoho dne dostali do sporu, kdo je silnější. Vítr řekl: „Dokážu Ti, že mám pravdu já. Vidiš támhle toho staříka v kabátu? Vsadím se, že z něho ten plášť sundám dříve než ty.“

A tak se slunce schovalo za mraky a vítr začal foukat, až se záhy změnil v tornádo. Ale čím více vál, tím těsněji se stařík halil do svého kabátu.

Nakonec se vítr uklidnil a slunce vyšlo zpoza mraků a usmálo se na starého pána. Za čas si utřel čelo a sundal si plášť. Slunce poté řeklo „Jsi silný, větrě, ale jemnost a přátelství byly vždy silnější než zbesilost a síla.“

Učíme se podnikavosti SCHOLA EMPIRICA

Pracovní list pro žáky (2. stupeň):
Jednání s lidmi č. 4

Jak řešit spory přátelskou cestou

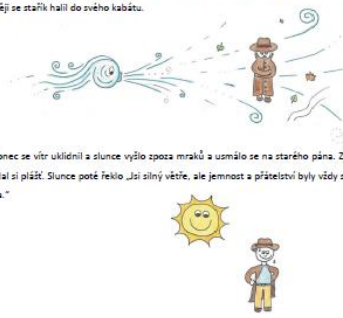
„Kapka medu přiláká více much než celý sud žluči.“
příслови

Příběh O slunci a větru
(převyprávěno dle Ezopovy bajky O slunci a větru)

Slunce a vítr se jednoho dne dostali do sporu, kdo je silnější. Vítr řekl: „Dokážu Ti, že mám pravdu já. Vidiš támhle toho staříka v kabátu? Vsadím se, že z něho ten plášť sundám dříve než ty.“

A tak se slunce schovalo za mraky a vítr začal foukat, až se záhy změnil v tornádo. Ale čím více vál, tím těsněji se stařík halil do svého kabátu.

Nakonec se vítr uklidnil a slunce vyšlo zpoza mraků a usmálo se na starého pána. Za čas si utřel čelo a sundal si plášť. Slunce poté řeklo „Jsi silný, větrě, ale jemnost a přátelství byly vždy silnější než zbesilost a síla.“



1

U
k
á
z
k
a

l
i
s
t
u

p
r
o

ž
á
k
y

Aktivita č. 1: Zamyšlení nad příběhem

Rozdělte žáky do menších pracovních skupin dle svého uvážení a nechte je hledat odpovědi na následující otázky.

Po stanoveném čase každá skupina prezentuje své názory ostatním spolužákům.

- O čem je podle vás příběh O slunci a větru?
- Souhlasíte s tvrzením „jemnost a přátelství byly vždy silnější než zběsilost a síla“? Pokud ano, proč? Pokud ne, proč?
- Napadá vás situace, kdy se k vám někdo choval jako vítr v bajce? Jak jste se v situaci cítili?
- Napadá vás situace, kdy se k vám někdo choval jako slunce v bajce? Jak jste se v situaci cítili?


SCHOLA EMPIRICA

Učíme se podnikavosti


Pracovní list pro žáky (2. stupeň):
Jednání s lidmi č. 4

Zamyšlení nad příběhem

- O čem je podle vás příběh O slunci a větru?
- Souhlasíte s tvrzením „jemnost a přátelství byly vždy silnější než zběsilost a síla“? Pokud ano, proč? Pokud ne, proč?
- Napadá vás situace, kdy se k vám někdo choval jako vítr v bajce? Jak jste se v situaci cítili?



- Napadá vás situace, kdy se k vám někdo choval jako slunce v bajce? Jak jste se v situaci cítili?



2

Doplňková aktivita

Nacvičte s žáky divadelní scénku na motivy příběhu O slunci a větru.

Aktivita č. 2: V obchodě

Cílem aktivity je umožnit žákům si prostřednictvím modelové scénky vyzkoušet, jak efektivně komunikovat ve sporných situacích.

Rozvíjené dovednosti: naslouchání, pozitivní nastavení, prezentace, řešení problémů

- Představte žákům modelovou situaci v obchodě: „Koupili jste si v obchodě tričko a odnesli si jej domů, druhý den jste ale šli kolem jiného obchodu a tam jste viděli tričko s obrázkem, který se vám víc líbí, a tak se rozhodnete jít zpět do prvního obchodu a požadovat vrácení peněz. Prodavačka vám řekne, že peníze nevrátí, ale že si můžete vybrat jiné zboží ve stejné ceně. Vy jste si ale po cestě vybrali tričko již v jiném obchodě.“

Modifikace: Pomocí brainstormingu s žáky na tabuli запиšte situace, kdy žáci na vlastní kůži zažili, jak spor přerostl v hádku.

2. Rozdělte žáky na dvě skupiny a zástupce každé skupiny nechte losovat, kterou stranu bude daná skupina zastupovat. Jedna skupina se bude zamýšlet nad argumenty pro pozici prodavačky. Druhá bude přemýšlet o argumentech pro pozici zákazníka.
Vedte žáky k zamyšlení, čeho chtějí dosáhnout a jak to druhé straně sdělí.
3. Žáci v rámci skupiny sepíší argumenty na podporu svého náhledu situace a zamyslí se nad strategií jak dosáhnout svého cíle.
4. Na papír namalujte obrysy bot zákazníka a prodavačky. Zástupce každé skupiny se postaví na svůj obrys bot a povedou modelovou situaci, jako kdyby byli v obchodě.
5. Po ukončení scénky žákům sdělte, že nyní se role obrátí. Skupina pracující na argumentech pro zákazníka, se bude zamýšlet nad argumenty podporujícími postoj prodavačky a skupina pohlížející na situaci z pozice prodavačky se bude zamýšlet nad argumenty z pozice zákazníka.
6. Žáci v rámci skupiny sepíší argumenty na podporu svého náhledu situace a zamyslí se nad strategií jak dosáhnout svého cíle.

Zástupce každé skupiny se postaví na svůj obrys bot a povedou dialog v rámci modelové situace, jako kdyby byli v obchodě.

7. Po skončení obou modelových situací vedte s žáky diskusi nad následujícími otázkami:
 - a. Co bylo cílem prodavačky? Co bylo cílem zákazníka?
 - b. Jakými prostředky/frázemi/argumenty toho chtěli jednotlivé strany dosáhnout?
 - c. Jak se cítil zákazník v rámci první modelové scénky? Jak v rámci druhé?
 - d. Jak se cítila prodavačka v rámci první modelové scénky? Jak v rámci druhé?
 - e. Byli oba po skončení rozhovoru spokojeni? Pokud ne, proč? Co mohli diskutující udělat jinak?

8. Modelujte průběh rozhovoru v rámci základních principů uvedených výše.

Příklad modelové situace:

Zákazník: Dobrý den.

Prodavačka: Dobrý den.

Zákazník: Koupil/a jsem si včera u vás v obchodě tričko, ale chtěla bych ho vrátit. Můžete mi vrátit peníze?

Prodavačka: Rozumím, chcete vrátit peníze. Mohu se zeptat, proč chcete tričko vrátit? Váš názor je pro nás důležitý.

Zákazník: Vybral/a jsem si tričko v jiném obchodě s obrázkem, který se mi víc líbí.

Prodavačka: Cením si toho, že mi říkáte své důvody, proč chcete tričko vrátit. Možná bychom ale zde tričko s takovým obrázkem také měli. Mohu vám ho ukázat?

Zákazník: Tak dobře.

9. Společně s žáky se snažte pojmenovat principy efektivní komunikace v rámci sporných situací. Oceňujte názory, které jsou v souladu se základními principy uvedenými výše.
10. Rozdejte žákům poslední stranu pracovního listu. Žáci se sami zamyslí a doplní do listu, jak by bylo možné každý z principů možné využít v rámci modelové situace.

Jak navazuje tato aktivita na strukturu podnikatelského záměru?

Schopnost přijímat kritiku a vnímat ji jako cestu ke zlepšení současného stavu je klíčová pro zjišťování zpětné vazby od zákazníků, když testujeme nový výrobek či službu (pracovní list 5.3.).

Principy z pracovního listu pro žáky

Zamyslete se, které z následujících principů jste využili v rámci modelových situací. U těch, které jste nevyužili, se zamyslete, jak by se daly využít.

- Když nastanou sporné situace, je klíčové začít s jejich řešením přátelsky. Násilím druhé donutit k souhlasu nemůžeme. Opravdové změny stanoviska se nám podaří dosáhnout, pokud jednáme laskavě.
- Pro člověka je přirozené při kritice začít bránit svůj názor. V takové chvíli je důležité zachovat chladnou hlavu a zvážit, zda naše první automatická reakce je tou nejlepší cestou k řešení daného problému.
- Pokud poskytneme svému oponentovi prostor hovořit a sdělit všechny své argumenty, zvyšujeme možnost vzájemného porozumění a bráníme vzniku komunikační bariéry.
- Neshody je dobré chápat jako příležitosti, jak se vyvarovat případných budoucích chyb. Pokud nás druhý člověk upozorní na něco, na co jsme nepomysleli, dělá nám tím dobrou službu.

Učíme se podnikavosti SCHOLA EMPIRICA
Pracovní list pro žáky (2. stupeň):
Jednání s lidmi č. 4

Základní principy jak řešit spory přátelskou cestou.

Zamyslete se, které z následujících bodů jste využili v rámci modelových situací. U těch bodů, které jste nevyužili, se zamyslete, jak by se daly využít.

- Když nastanou sporné situace, je klíčové začít s jejich řešením přátelsky. Násilím druhé donutit k souhlasu nemůžeme. Opravdové změny stanoviska se nám podaří dosáhnout, pokud jednáme laskavě.
- Pro člověka je přirozené při kritice začít bránit svůj názor. V takové chvíli je důležité zachovat chladnou hlavu a zvážit, zda naše první automatická reakce je tou nejlepší cestou k řešení daného problému.
- Pokud poskytneme svému oponentovi prostor hovořit a sdělit všechny své argumenty, zvyšujeme možnost vzájemného porozumění a bráníme vzniku komunikační bariéry.
- Neshody je dobré chápat jako příležitosti, jak se vyvarovat případných budoucích chyb. Pokud nás druhý člověk upozorní na něco, na co jsme nepomysleli, dělá nám tím dobrou službu.

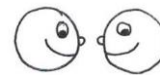
3

Učební list pro žáky

Doplňkové materiály

Pro doplnění a rozšíření lze využít pracovní list vytvořený pro průřezové téma Etická výchova:

Jak se do lesa volá...? (<http://www.etickavychova.cz/ucebnice/R08L08M.pdf>)



Jak zůstat pozitivní, i když věci nejsou podle našich představ

„Žádný učený z nebe nespádl.“

přísloví

Anotace

Žáci si osvojí základní principy spojené se zvládnutím problémových situací. Získají informace o různých strategiích zvládnutí negativních emocí a prostřednictvím sdílení svých zkušeností a modelových situací si vyzkouší jejich používání nanečisto.

Základní principy

- Každému se občas stává, že vše nejde podle jeho představ. Abychom však mohli dosáhnout našich cílů a plnit si své plány a sny, je nutné naučit se překonávat překážky, nezdary a poučit se z vlastních chyb.
- Prvním krokem na cestě k pozitivnímu naladění při řešení problémů je uvědomění si vlastních pocitů, když se nám nedaří, a jejich pojmenování. Je také dobré si uvědomit, že i ostatní zažívají neúspěchy a mohou je prožívat podobně.
- Dalším krokem je naučit se, že když věci nejsou podle našich představ, je důležité nevzdat se a vytrvat. K tomu přispívá jednání s chladnou hlavou.

Prostor na
poznámky:

Rozvíjené oblasti podle Skills Builder¹

Dovednosti: Pozitivní nastavení

Zdroje:

Skills Builder. 2018. *Staying Positive Handbook. Practical guide to building the skill* [online]. Enabling Enterprise.

Dostupné z: <https://hub.skillsbuilder.org/uploads/files/Staying-Positive-Handbook.pdf> (cit. 17.4.2019)

Carnegie, Dale. 1992. *Jak získat přátele a působit na lidi. část I. Základní pravidla jednání s lidmi.*

Tough, Paul. 2016. *Helping Children Succeed: What Works and Why* [online]. Dostupné z: paultough.com/helping (cit.17.8.2018)

1 Na stránkách <http://podnikavaskola.cz/skills-builder/> naleznete českou verzi základních principů rozvoje klíčových dovedností. Každá z dovedností je rozdělena do 15 dosažitelných, osvojitelných a měřitelných kroků.

Jak zůstat pozitivní, i když věci nejsou podle našich představ

„Žádný učený z nebe nespádl.“

přísloví

Úvodní aktivita

Cílem aktivity je poukázat na to, že lidé se mohou rozzlobit nebo být smutní, když se věci nedějí podle jejich představ, a uvědomit si, že podobné situace zažívají také samotní žáci ve svém životě. Žáci si ne vždy uvědomují přímou spojitost mezi nezdarem a projevy smutku či rozčilení.

Učitel společně s žáky může diskutovat o významu uvedeného citátu.

1. Souhlasíte s citátem? Pokud ano, proč? Pokud ne, proč? Jak se cítíte, když uděláte chybu?
2. Vysvětlíte, že lidé mají tendenci se vzdát, když se cítí naštvaní nebo smutní, protože se jim nedaří. Vedte žáky k tomu, aby pochopili, že vzdát se není dobrá volba. Je to reakce, která moc nepomáhá k dosažení cíle. Lepší řešení je snažit se pokračovat.
3. Rozdělte žáky do menších skupin dle svého uvážení a uveďte následující příklad: *Představte si, že píšete test z matematiky a nevíte si rady s prvním příkladem. Jste z toho smutní. Jak na situaci budete reagovat?* Ponechte žákům 5 minut na hledání možných řešení a také domyšlení důsledků popsaných řešení. Po uplynutí stanovené doby zástupce každé skupinky představí možná řešení. (Příklady řešení: O vypočítání dalších příkladů se ani nesnažíte. Z testu dostanete 0 bodů a špatnou známku. Nebo se můžete rozhodnout, že se pokusíte vypočítat další příklad a ten se podaří dokončit. Máte z toho radost a získáte v rámci testu několik bodů a můžete se snažit získat body další. Nakonec z testu můžete dostat dobrou známku.) Oceňujte odpovědi směřující k překonávání nezdarů.

SCHOLA EMPIRICA

Učíme se podnikavosti

Pracovní list pro žáky (2. stupeň):
Jednání s lidmi č. 5

Jak zůstat pozitivní, i když věci nejsou podle našich představ

„Žádný učený z nebe nespádl.“

přísloví

Úvodní aktivita

Souhlasíte s citátem?
Pokud ano, proč?
Pokud ne, proč?
Jak se cítíte, když uděláte chybu?

?


Jak zůstat klidný, když se věci nedějí podle mých představ

Jak byste definovali pojem „být klidný“?

Co děláte, pokud jste rozčilení a potřebujete se uklidnit?

Doplňková aktivita

Společně se spolužáky vyberte jednu ze situací, kdy se vám nedařilo. Secvičte krátkou scénku a vyberte jeden ze způsobů, který by vám pomohl se uklidnit.



1

4. Požádejte žáky, aby sdíleli příběhy, kdy se jim nedařilo a jak se cítili. Uveďte také situaci z vlastního života. Cílem sdílených příběhů je pojmenovat situace, kdy žáci prožívali nezdar, se kterým bývají spojené negativní emoce (smutek, vztek...). Po sdílení příběhů se žáků zeptejte, jak na situaci reagovali. Jestli se vzdali nebo se snažili situaci změnit, a případně jak. Oceňujte odpovědi, kdy se žáci nevzdali a snažili se nezdar překonat. Pokud bude odpověď, že se žáci vzdali, požádejte ostatní, aby pomohli hledat další možná řešení dané situace.

Aktivita č. 1: Jak zůstat klidný, když se věci nedějí podle mých představ

V rámci úvodní aktivity žáci pracovali se situacemi, kdy se jim nedařilo, popisovali své pocity i to, jak situaci řešili. Cílem této aktivity je nalézt nástroje, jak žáci sami mohou aktivně pracovat se svými negativními emocemi tak, aby zůstali klidní.

1. Nejprve žáci sami definují, co to znamená být klidný a jak klidný člověk vypadá. Rozdělte žáky do dvojic a nechte je v nich definovat pojem „být klidný“ a vytvořit popis toho, jak klidný člověk vypadá. Na práci žákům ponechte několik minut, po uplynutí času společně diskutujte vzniklé definice a popisy různých dvojic. Na závěr se pokuste vytvořit jednu konsenzuální definici pojmu „být klidný“ a jeden konsenzuální popis „klidného člověka“ a zapsat je na tabuli. V rámci online Slovníku spisovného jazyka českého je termín „být klidný“ definován: „nevzrušený, nepodléhající vzrušení“².
2. Společně s žáky si vyzkoušejte, jak klidný člověk vypadá. Žáky zklidněte pomocí relaxace. Žákům můžete dávat následující instrukce: „pohodlně si sedněte“, „přestaňte se hýbat“, „ztište se“, „uvolněte se“ nebo „uvolněte ruce a nohy jako byste byli hadrová panenka“, „pozorujte svůj dech“.
3. V úvodní aktivitě jste s žáky hledali situace, kdy se jim nedařilo a cítili se naštvaní nebo smutní. Navažte na předchozí příběhy a žáků se zeptejte, jaké strategie využívají, když se chtějí uklidnit. Nápady zapisujte na tabuli.

² <https://ssjc.ujc.cas.cz/search.php?hledej=Hledat&heslo=klidn%C3%BD&sti=EMPTY&where=hesla&hsubstr=no> (30.4.2019)

Seznam můžete doplnit o následující strategie:

- zhluboka dýchat
 - počítat do 10
 - napít se sklenice vody
 - projít se na vzduchu nebo odejít do jiné místnosti
 - mačkat malý míček
4. Na tabuli napište tři situace, kdy se něco nezdařilo. Příkladem může být: *v autobuse jste zapomněli novou bundu; jste nemocní v den oslavy kamarádových narozenin; do vody vám spadl mobilní telefon a nyní nefunguje.* Nechte žáky ve dvojicích se zamyslet, kterou z výše zmíněných uklidňujících strategií by v jednotlivých situacích využili a proč by zvolili právě ji.

Jak navazuje tato aktivita na strukturu podnikatelského záměru?

Schopnost nepodléhat negativním emocím je klíčová pro dosahování dlouhodobých cílů (pracovní list 10.2.).

Doplňková aktivita

Doplňková aktivita rozvíjí a upevňuje dovednost pozitivního nastavení žáků v nepříznivých situacích a jejich schopnost aktivně s ní pracovat.

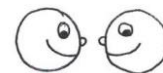
1. Rozdělte žáky do menších skupin dle svého uvážení. Každá skupina bude mít za úkol ztvárnit jednu situaci, kdy se věci nedějí podle našich představ (můžete využít jednu ze situací zmíněných v předchozí aktivitě, žáci mohou navrhnout svou vlastní situaci).
2. Nechte žáky secvičit a zahrát scénku znázorňující danou situaci a motivujte je k neverbálnímu vyjádření toho, jak by se v dané situaci cítili (naštvaní, smutní).
3. Všichni žáci si poté vyberou jednu ze zmíněných uklidňujících strategií a společně diskutujte, proč by zvolili právě tuto strategii, proč je pro ně uklidňující, proč si myslí, že by jim pomohla.

Doplňkové materiály

Pro doplnění a rozšíření tématu lze využít pracovní listy vytvořené pro průřezové téma Etická výchova:

Mám dvě možnosti (<http://www.etickavychova.cz/ucebnice/R06L08M.pdf>)

Past na hněv (<http://www.etickavychova.cz/ucebnice/R08L09M.pdf>)



Jak zůstat pozitivní, i když věci nejsou podle našich představ II.

„Chybami se člověk učí.“

příslloví

Anotace

Žáci se v rámci pracovního listu naučí zamýšlet se nad příčinami nezdaru a hledat řešení a možnost poučení se pro podobné budoucí situace.

Prostor na
poznámky:

Základní principy

- Na cestě k pozitivnímu naladění při řešení problémů je důležité si uvědomit vlastní pocity a pojmenovat je. Zároveň je klíčové umět aktivně používat strategie pomáhající silné emoce zvládat.
- Dalším krokem je naučit se, že když věci nejsou podle našich představ, je důležité nevzdat se a zamyslet se nad příčinou problému.

Rozvíjené oblasti podle Skills Builder¹

Dovednosti: Pozitivní nastavení

Zdroje:

Skills Builder. 2018. *Staying Positive Handbook. Practical guide to building the skill* [online]. Enabling Enterprise.

Dostupné z: <https://hub.skillsbuilder.org/uploads/files/Staying-Positive-Handbook.pdf> (cit. 17.4.2019)

Carnegie, Dale. 1992. *Jak získat přátele a působit na lidi. část I. Základní pravidla jednání s lidmi.*

Tough, Paul. 2016. *Helping Children Succeed: What Works and Why* [online]. Dostupné z: paultough.com/helping (cit.17.8.2018)

¹ Na stránkách <http://podnikavaskola.cz/skills-builder/> naleznete českou verzi základních principů rozvoje klíčových dovedností. Každá z dovedností je rozdělena do 15 dosažitelných, osvojitelných a měřitelných kroků.

Jak zůstat pozitivní, i když věci nejsou podle našich představ II.

„Chybami se člověk učí.“

přísloví

Úvodní aktivita

Smyslem úvodní aktivity je podívat se na problémy z více úhlů pohledu a naslouchat argumentům druhých lidí.

1. Rozdělte žáky do menších skupin dle svého uvážení. Nechte žáky v rámci skupin zamyslet se nad alespoň třemi argumenty podporujícími a třemi argumenty zpochybňujícími přísloví “Chybami se člověk učí”.
2. Po uplynutí stanoveného času spárujte vždy dvě skupiny žáků. Jedné ze skupin určete zastávat názor podporující uvedené přísloví, druhá bude užívat argumenty zpochybňující platnost přísloví. Žáci mají za úkol přesvědčit spolužáky z druhé skupiny svými argumenty.
3. Po ukončení diskusí je přínosné s žáky diskutovat následující otázky:
 - a. Jak se vám dařilo přesvědčit spolužáky, pokud jste zastávali jiný názor, než který jste měli hájit?
 - b. Jak se vám dařilo, pokud jste hájili názor, který zastáváte?
4. Požádejte žáky, aby sdíleli příběhy, kdy udělali chybu a podařilo se jim z ní poučit. Uveďte také situaci z vlastního života. Cílem sdílených příběhů je pojmenovat situace, kdy žáci prožívali nezdar, ale byli schopni se nad situací zamyslet a nalézt její příčiny a hledat řešení.

Aktivita č. 1: Co se vlastně stalo?

Cílem aktivity je vést žáky ke strukturovanému zamyšlení nad příčinami nezdaru, což vytváří prostor pro hledání řešení a možnost poučení se do podobných situací v budoucnu.

SCHOLA EMPIRICA

Učíme se podnikavosti

Pracovní list pro žáky (2. stupeň):
Jednání s lidmi č. 6

Jak zůstat pozitivní, i když věci nejsou podle našich představ II.

„Chybami se člověk učí.“
přísloví

Úvodní aktivita

1. Zamyslete se společně se spolužáky nad alespoň třemi argumenty podporujícími a třemi argumenty zpochybňujícími přísloví “Chybami se člověk učí”.
2. Napadá vás situace, kdy jste se poučili z vlastní chyby?

Co se vlastně stalo?

Napište krátký příběh na téma: „Nedaří se mi a chci se vzdát“.

Součástí příběhu by měly být alespoň tři důvody, proč se hlavní postava příběhu chce vzdát a zamyšlení, co by mohlo pomoci hlavnímu akteru příběhu, aby se nezdal a mohl být příště úspěšnější.

1

1. Navažte na úvodní aktivitu a připomeňte žákům, že když se věci nedaří podle představ, je důležité se nevzdávat a pokoušet se znovu. Pro úspěch v budoucnosti je důležité se nad vzniklým problémem či nezdarem zamyslet a hledat jeho příčiny.
2. Pro ilustraci využijte některý z příběhů zmiňovaný žáky nebo následující příklad: *V rámci školního sportovního dne se Petr rozhodne zúčastnit závodu v běhu na dlouhou trať. V průběhu závodu se ale ocitne mezi posledními. Napne poslední síly a snaží se dohnat rychlejší běžce a doběhnout závod až do konce.*
3. Zeptejte se žáků, co si myslí, že bylo příčinou Petrova nezdaru? Odpovědi zapisujte na tabuli.
4. Při reflexi nezdaru můžeme využít metodu 6 OTAZNÍKŮ:
 - a. KDO?
 - b. CO?
 - c. KDE?
 - d. KDY?
 - e. PROČ?
 - f. JAK?

Tyto otázky nám mohou pomoci zamyslet se nad tím, jak situace vznikla a proč. Využijte výše zmíněného příkladu jako vzoru pro ilustraci využití metody: *V rámci školního sportovního dne (KDE) se Petr (KDO) rozhodne zúčastnit závodu v běhu na dlouhou trať (CO). V průběhu závodu se ale ocitne mezi posledními. Napne poslední síly a snaží se dohnat rychlejší běžce a doběhnout závod až do konce. Doběhne mezi posledními. Na jednu stranu je Petr rád, že závod dokončil a nevzdal, na druhou stranu je ale naštvaný a zklamáný, že byl mezi posledními. Když si v šatně v klidu sedne, řekne si sám pro sebe: Asi jsem měl víc trénovat a nepodceňovat ostatní a taky jsem byl trochu nervózní (PROČ).*

Společně s žáky se podívejte na odpovědi zapsané na tabuli a zdůrazněte, že nezdár nebo chyba může nastat z celé řady různých důvodů.

5. Rozdělte žáky do menších skupin dle svého uvážení a nechte je zamyslet a zapsat do bodů, co by Petrovi mohlo pomoci, aby byl v příštím závodě úspěšnější. Po uplynutí stanoveného času zástupce každé skupinky představí jejich návrhy.

Aktivita č. 2: Můj příběh

Cílem aktivity je osvojit si způsob přemýšlení o chybách a nezdaru nastíněný v aktivitě č. 1

1. Zadejte žákům úkol napsat krátký příběh (svůj vlastní, vymyšlený) na téma: „Nedaří se mi a chci se vzdát“. Součástí příběhu by měly být alespoň tři důvody, proč se hlavní postava příběhu chce vzdát, a zamýšlení, co by mohlo pomoci hlavnímu aktéru příběhu, aby se nevzdal a mohl být příště úspěšnější.

Jak navazuje tato aktivita na strukturu podnikatelského záměru?

Schopnost nepodléhat negativním emocím je klíčová pro dosahování dlouhodobých cílů (pracovní list 10.2.).

Doplňkové materiály

Pro doplnění a rozšíření tématu lze využít pracovní listy vytvořené pro průřezové téma Etická výchova: Error, nebo mistakes (<http://www.etickavychova.cz/ucebnice/R07L15M.pdf>)

Prostor na poznámky: