

Miron Zelina, Mário Lenárt

VIEME, ŽE...

program boja proti zlu, násiliu, závislostiam,
predsudkom, rasizmu a neproduktívnemu spôsobu života

METODICKÁ PRÍRUČKA

k výcvikovo-učebnému textu
pre siedmakov až deviatakov základných škôl,
pre žiakov prvého a druhého ročníka stredných škôl
a prvákov až siedmakov gymnázií s osemročným štúdiom
pod názvom

PROGRAM: VIEME, ŽE...

Oddelenie prevencie
kancelárie prezidenta Policajného zboru

Bratislava 2007

*Autori ďakujú za koordinovanie projektu a odborné pripomienky
Mgr. Míriam Trupovej
Mgr. Jane Ondruškovej*

Dodanie podkladov a odborné konzultácie: Miroslav Duchoň
Mgr. Beáta Budayová

Vydalo: Oddelenie prevencie kancelárie prezidenta Policajného zboru

Autori: prof. PhDr. Miron Zelina, DrSc.
Mgr. Mário Lenárt

Lektorovali: prof. Ing. PhDr. Jozef Konôpka, CSc.
PhDr. Marianna Pétiová
PaedDr. Alena Petříková

Zodpovedný redaktor: JUDr. Milan Bodocký

Jazyková úprava: Mgr. Ľubica Gallová

Grafické spracovanie: Veronika Rybanská

Tlač: Tlačiareň Ministerstva vnútra Slovenskej republiky
Sklabinská 1, 831 06 Bratislava.

Tretie doplnené vydanie.

Toto dielo ani žiadnu jeho časť nie je možné reprodukovat' bez súhlasu majiteľa práv,
vydavateľa a autorov.

Vydanie podporila Nadácia Slovenskej sporiteľne.

Vážení spolupracovníci,

metodická príručka, ktorú dostávate do rúk, je príručkou k výcvikovému a učebnému textu programu VIEME, ŽE...

Program VIEME, ŽE... je určený pre siedmakov až deviatakov základných škôl, pre prvákov a druhákov stredných škôl a pre žiakov gymnázií s osemročným štúdiom od prvého po siedmy ročník. Niektoré texty a úlohy môžu byť pre siedmakov náročné. Veríme však, že s vašou spolupracou a pomocou žiaci dokážu úlohy pochopiť a realizovať. Naopak, šikovným žiakom druhých ročníkov stredných škôl, šiestakom a siedmakom osemročných gymnázií sa môžu zdať niektoré úlohy ľahké. V metodickej príručke nájdete, ako možno úlohy rozšíriť a zmeniť na kreatívne úlohy bez vekového obmedzenia.

Program VIEME, ŽE... je určený tak pre samostatnú prácu žiakov, ako aj pre skupinovú prácu, ktorú môžete realizovať v malých skupinkách, napríklad v krúžkoch, v kluboch či v celej triede. Cvičenia a úlohy sa môžu realizovať v prírode, vo vlaku, doma, všade tam, kde je trochu času pracovať s deťmi, mladými ľuďmi.

Program VIEME, ŽE... a metodická príručka je určená najmä koordinátorom prevencie na školách a v školských zariadeniach, policajným koordinátorom prevencie, školským psychológom, výchovným poradcom, školským katechetom, špeciálnym a liečebným pedagógom, pedagógom voľného času, vychovávateľom, sociálnym pracovníkom, asistentom učiteľov, a najmä učiteľom všetkých predmetov, ktorí si vedia nájsť priestor na debatu, premýšľanie a riešenie úloh obsiahnutých v príručke.

Program VIEME, ŽE... si vyžaduje podrobné preštudovanie a pochopenie podstaty cvičení, ktoré nie sú koncipované len pre hru, ale preto, aby priniesli nové pohľady, postoje. Každý, kto má pedagogické vzdelanie a skúsenosti s deťmi tohto veku, by mal vedieť program uskutočniť. Ba je možné, že aj informovaný a motivovaný laik bude vedieť dobre využiť úlohy, prípady a postupy, ktoré sú v programe uvedené. Môže sa stať dobrou pomôckou pre rodičov, ktorí chcú s deťmi komunikovať na zložité témy ľudského zla, násillia, drog a agresie.

Program VIEME, ŽE... je rozdelený do piatich tematických častí a osemnástich lekcii. Toto usporiadanie sme volili preto, aby sa jednotlivé lekcie dali robiť aj oddelene. Aby si mohol lektor vybrať ktorúkoľvek úlohu a analyzovať ju s deťmi, žiakmi, a to podľa toho, čo je v ich prostredí aktuálne, potrebné.

SKLADBA PROGRAMU

Prvé tri lekcie a trinásť lekcia sú zamerané na problémy a poruchy správania, s ktorými sa stretávame u žiakov na druhom stupni základnej školy a v prvých ročníkoch strednej školy. Je prirodzené, že sa do programu nedali zahrnúť všetky problémy, neduhy a poruchy správania žiakov tejto vekovej skupiny. Preto sme zvolili výber najčastejších problémov v správaní a považujeme ich za modelové prípady. Každý z týchto prípadov sa dá rozšíriť o nové prípady, nové súvislosti. Podobné úlohy si tvorivý pedagóg môže vytvoriť sám. Metodická príručka poskytuje zásady a princípy, ako takéto prípadové či problémové štúdie tvoriť a ako pomocou nich ovplyvňovať myslenie, čítanie a správanie žiakov.

Druhé tri lekcie sú zamerané na drogy a boj proti nim. Dôraz sme položili na fajčenie a alkohol a až potom na ostatné drogy. Problém závislosti je však oveľa širší. Náznakom sme sa snažili ukázať aj na nelátkovú závislosť. Výber „hier“, lekcii závisí od toho, čo je vo vašej škole, komunite aktuálne, páľčivé. V tejto súvislosti je vhodné aktivity dopĺňať aj z iných programov, napríklad z programu M. Uherekovej „Ako sa stať sám sebou“, z programu CESTY Š. Matulu a ďalších.

Tretia trojica a sedemnáť lekcii sú zamerané na boj proti rasizmu, intolerancii, diskriminácii, xenofóbii. Nebolo ľahké vybrať obsah prípadov, ako aj náučný text pre túto širokú oblasť. Znova upozorňujeme na možnosti rozšírenia „hier“ a lekcii podľa naliehavosti miestnych podmienok. Prirodzene, najväčší priestor dostal boj proti diskriminácii rómskych spoluobčanov, pretože tento problém je najaktuálnejší.

Štvrtá trojica so šestnástou a osemnástou lekciami sa zaoberajú kriminalitou, prácou polície a posledné cvičenie je na overenie toho, čo sa účastníci naučili. Lekcia „Pomáhajme polícii“ je o možnostiach, ktoré máme a ktoré môžeme využiť, aby bolo menej násilného, zlého správania. Na malom priestore nie je možné uviesť všetky priestupky a prehrešky proti zákonu.

Dvanásť lekcii „Romanova cesta životom“ poskytuje celkový návod na sebarozvoj človeka. Obsahuje dotazník sebavedomia, dotazník autoregulácie a test tvorivosti. Sú to len skrátené verzie zložitejších psychologických metód a prostriedkov na poznávanie a pomoc človeku pri jeho sebazdokonaľovaní.

Štrnásť lekcii a pätnásť lekcii sú zamerané na problémy riadenia emócií, citov a riešenia konfliktov.

POĎAKOVANIE

V úvode tejto metodickéj príručky by sme radi poďakovali všetkým, ktorí nám poskytli materiály, porozprávali príbehy svojich žiakov, klientov, detí, uviedli svoje skúsenosti v boji proti negatívnym javom, spoločensky neprimeranému správaniu v škole aj mimo nej.

Ďakujeme polícii, ktorá nám dodala „zvodku“ prípadov, protispoločenských činov detí a mladých ľudí za určité náhodné obdobie, ďakujeme školám, ktoré nám dali k dispozícii zápisy školských priestupkov žiakov riešených riaditeľmi škôl a vedením škôl.

Osobitne sa chceme poďakovať Krajskému úradu v Nitre, koordinátorovi prevencie, Mestskej polícii v Nitre, ktorá nám dala návrhy do príručky tohto projektu. Za ochotu premýšľať nad obsahom textov do programu a za návrhy ďakujeme aj pracovníkom Krajskej pedagogicko-psychologickej poradne v Nitre, Úradu práce, sociálnych vecí a rodiny – oddeleniu sociálno-právnej ochrany a prevencie v Nitre.

Naše ďakujem patrí aj kolegom zo Základnej školy na ulici Vajanského v Nitre, ktorí uviedli, čo sa im v boji proti negatívnym javom osvedčilo, čo sa im neosvedčilo alebo malo menší efekt.

Vrelo ďakujeme za podklady pre príručku aj metodické poznámky oddeleniu organizácie a prevencie vnútorného odboru Krajského riaditeľstva Policajného zboru v Nitre.

Pri koncipovaní práce nám pomohli rozhovory s holandskými kolegami, ale aj s mnohými preventistami, psychológmi, učiteľmi, ktorí takmer denne musia riešiť rozličné priestupky proti školskému poriadku, proti normám, pravidlám a zákonom tejto spoločnosti. Rovnako údaje z Ústavu školských informácií a prognóz v školstve, ministerstva školstva, školskej inšpekcie, krajských pedagogicko-psychologických poradní pomohli k obsahovému naplneniu programu VIEME, ŽE...

Ďakujeme kolegom psychológom z poradní, ktorí nám poskytli nielen údaje a svoje skúsenosti, ale aj diagnostické metódy, dotazníky, pomocou ktorých je možné identifikovať žiakov, ktorí majú sklon k protispoločenskému správaniu.

Základné pojmy

Pod pojmom **METÓDA** máme na mysli zámerný cieľavedomý postup pri práci alebo v konaní.

TECHNIKA je slovo na označenie konkrétnych spôsobov a postupov, pomocou ktorých sa realizuje metóda.

ÚLOHA je konkrétnym krokom v metodike, je znakovým symbolom problému.

STRATÉGIA je širší pojem, pod ktorým rozumieme súhrn, skladbu viacerých metód a všeobecnejších prístupov k riešeniu nejakého problému. Voľnejšie sa dá povedať, že stratégia je filozofia metódy.

METODOLÓGIA je veda o metódach vedeckého bádania, poznávania, o súhrne postupov, ktorými sa buduje vedecký systém.

PROGRAM predstavuje súbor metód a postupov, techník na dosiahnutie cieľa, v našom prípade na rozvoj psychických procesov a funkcií, osobnostných znalostí a zručností, ktoré by minimalizovali výskyt protispoločenského a protiludského správania jednotlivca alebo skupiny ľudí.

Typy programov

INFLUENČNÝ program je program na ovplyvňovanie postojov, názorov, stanovísk jednotlivca alebo skupiny ľudí.

INICIAČNÝ program je program na navodenie novej činnosti, novej skúsenosti, nových myšlienkových postupov, nových postojov a názorov.

FACILITAČNÝ program je program na uľahčenie prejavovania sa a rozvíjania psychických funkcií a procesov človeka alebo skupiny.

INHIBIČNÝ program je program na zastavenie, utlmenie nežiaduceho správania, nežiaducich prejavov jednotlivca alebo skupiny.

ROZVÍJAJÚCI program je zameraný na rozvoj, zdokonaľovanie a zlepšovanie psychických procesov a funkcií osobnosti alebo na zlepšenie celej skupiny ľudí.

Z iného hľadiska rozoznávame individuálne programy a skupinové programy. Individuálne sú zamerané na osobnosť, jej interakciu so sebou a okolím. Skupinové programy sú zamerané na ovplyvnenie celej skupiny ľudí, napríklad triedy.

Pri používaní výchovných programov je dôležité, aby sa do nich zaradilo diagnostikovanie pred programom, počas neho a po ňom. Diagnostika je zameraná na tie charakteristiky osobnosti, ktoré sa majú pod vplyvom programu zmeniť. Napríklad, keď používame protirasistický program, mali by sme zisťovať postoje k rasám pred programom (možno aj počas neho), ale najmä na konci a porovnať, či sa niečo pod vplyvom programu zmenilo. Lepšie a zložitejšie programy sledujú aj po skončení programu ešte nejaký čas, či efekty ostali,

alebo sa „stratili“, či prestali účinkovať. Tak sa napríklad sledujú postoje rasizmu po polroku, roku, či sa ich stav zmenil a akým spôsobom. Opakované vyšetrenia nám dávajú dobrý obraz o dynamike zmien názorov, postojov, ale aj správania žiakov.

Je vhodné pripomenúť, ktoré metódy sa najčastejšie používajú vo výchove a ktoré môžeme úspešne uplatniť aj vo výchove proti zlu, agresii, násiliu, drogám a rasizmu.

Sú to:

- a) metóda požiadaviek, nárokov;
- b) metóda presvedčovania (persuázie);
- c) metóda vysvetľovania a objasňovania (klarifikácie);
- d) metódy motivovania, povzbudzovania, aktivovania, ale aj donucovania a trestania;
- e) metódy kladného vzoru, osobného príkladu a príkladu (exercitácia);
- f) metódy demonštrácie, precvičovania, upevňovania, nácviku, tréningu, výcviku;
- g) metódy hodnotenia (evaluácia), zhodnocovania (valorizácia);
- h) metódy tvorivej, heuristickej práce – divergentné úlohy, cvičenia, problémy.

Organizácia preventívnej práce a spolupráce

Treba tiež pripomenúť, že úspešná preventívna práca v škole, ale aj všeobecne, je založená na spolupráci a spolupôsobení všetkých tých, ktorí prichádzajú do styku so žiakmi, mladými ľuďmi.

Moderným prvkom je tvorenie **regionálnych preventívnych centier**, ktoré v sebe zahrnujú miestne štátne orgány, poradne, neštátne organizácie, jednotlivcov, školu a iné inštitúcie, a orgány, ktoré spolupracujú na báze spoločného riadiaceho a koordinačného výboru a na základe zmlúv na určitom presne lokalizovanom území. Výhodou je kumulácia finančných, materiálnych prostriedkov a lepšie využitie ľudských síl.

Základ má tvoriť škola a poradenské zariadenia. Táto spolupráca môže mať podobu **komunitného centra** alebo **otvorenej školy**. V komunitnom centre (podobné ako osvetové stredisko) by sa schádzali občania regiónu, realizovali by sa tam besedy, prednášky, vzdelávacie aktivity a predovšetkým strediská pre žiakov a mladých ľudí, aby čas netrúvali v krčmách a pohostinstvách, na uliciach a v pivniciach.

Koordinátorom a tvorcom komunitných centier by mala byť **miestna samospráva**. Mala by úzko spolupracovať so školou, poradenskými zariadeniami a políciou. Jeden z modelov využíva skutočnosť, že koordinátor – profesionálny pracovník miestnej samosprávy – zvoláva a koordinuje činnosť koordinátorov v školách, vo výchovných zariadeniach, odborníkov v poradniach s políciou, so zdravotníckymi orgánmi a ďalšími inštitúciami a jednotlivcami. Na Slovensku boli koordinátori prevencie ustanovení práve preto, aby koordinovali, riadili, vyhodnocovali a stále zlepšovali preventívne aktivity, programy nielen v škole, aby spolupracovali aj s externými inštitúciami, s políciou, zdravotníkmi a miestnou samosprávou. Koordinátori prevencie sa nemajú zameriavať len na prevenciu drog, ale aj na prevenciu násillia, rasizmu, šikanovania, gamblerstva, rasizmu, na boj proti zneužívaniu detí a mládeže, týraniu, na prevenciu proti prenosným pohlavným chorobám, teda proti všetkým protispoločenským a protiludským prejavom.

Koordinátor prevencie v školách je pedagogickým zamestnancom, ktorý v spolupráci s celým pedagogickým kolektívom a zamestnancami školy koordinuje preventívne aktivity v škole aj mimo školy, ktoré predchádzajú sociálno-patologickým javom. Riaditeľ školy určí koordinátora prevencie na základe jeho dobrovoľného záujmu, jeho osobnostných predpokladov a odborných znalostí najmenej na jeden rok.

Riaditeľ školy spolu s vedením a koordinátorom prevencie vypracujú celoročný plán, ktorý má vychádzať z *Národného programu boja proti drogám, z Národného programu rozvoja výchovy a vzdelávania na Slovensku na najbližších 15 - 20 rokov (projekt MILÉNIUM)*. Plán školy by mal byť súčasťou preventívneho plánu boja proti drogám a sociálne nežiaducim javom regionálnej samosprávy, alebo by mal byť prinajmenšom koordinovaný s plánom obce, miestnej, mestskej časti. Veľmi dôležité je, aby sa preventívny plán školy prerokoval aj s radou rodičov, rodičovskou radou, a pokiaľ je na škole žiacky parlament, tak aj s ním. Vhodné je, keď sa plán prevencie robí v súčinnosti s rodičmi a žiakmi. Ďalšie informácie o koordinátorovi prevencie sú vo Vyhláske o pedagogickej a odbornej spôsobilosti a každý rok sa aktualizujú v pedagogicko-organizačných pokynoch Ministerstva školstva SR.

Metodické skúsenosti z prevencie kriminality a návrhy

Prevencia kriminality predstavuje časť preventívnych programov proti ľudskému zlu, asociálnemu správaniu. Náš program VIEME, ŽE... v kontexte problémov v správaní, rasizmu a drog sa osobitne venuje aj prevencii kriminálneho správania, aj keď len v ukážkovej polohe, ako by sa takéto aktivity mohli pripraviť a realizovať. **Ján Ziman, náčelník Mestskej polície v Nitre** (*Program prevencie kriminality*. In: Ochrana verejného poriadku a bezpečné mesto. Vydala Komisia pre ochranu verejného poriadku a bezpečné mesto pri MZ Nitra 2000, s. 16 - 29), uvádza tieto metodické skúsenosti z programu prevencie kriminality:

- ročníky 1 - 5 boli pre policajtov výhodné na rýchle získanie záujmu detí z dôvodov atraktivity policajnej práce, výstroja a výzbroje;
- ročníky 6 - 9 boli v prípade získania dôvery pre prednášajúcich výhodné najmä ochotou spolupracovať a komunikovať;
- deti zo sídlisk a stredu mesta reagovali na ukážky so psom bez výkladu menej nadšene a viac odmerane ako ich rovesníci z menších škôl a z okrajových častí mesta;
- úroveň rešpektovania autorít (učiteľ, policajt) bola v strede mesta zjavne nižšia ako na okrajoch mesta;
- komunikácia s deťmi si vyžadovala lepšie pripravených zamestnancov mestskej polície, ako je potrebné na bežný výkon pochôdzkovej služby;
- vo vyšších vekových skupinách bolo mimoriadne dôležité nielen upútať pozornosť, ale byť aj presvedčivým a úprimným. Keď deti zistili, že prednáška je robená len ako povolenie, povinnosť, a nie pre skutočný záujem, dokázali prednášajúceho okamžite úspešne ignorovať. Úspešnejší bol dialóg ako prednáška. Neosvedčili sa prednášky či rozhovory pre veľké skupiny (nad 20 žiakov).

Pracovníci Mestskej polície v Nitre odporúčali, aby príručka obsahovala také témy, ako je:

- prevencia v doprave;
- bezpečný kontakt so zvieratami;
- bezpečne doma;
- bezpečne na ulici;
- bezpečné a správne telefonovanie;
- riešenie konfliktov;
- šikanovanie a pod.

Uvádzajú na základe skúseností z praxe, že témy ako závislosť, šikanovanie, rasizmus žiakov nezažuli napriek snahe preventistu, lebo žiaci nepoznali základné výrazy, nechápali súvislosti, neprejavili záujem o tému – ide o žiakov mladších ako siedmakov.

Odborníci z **Krajskej pedagogicko-psychologickej poradne v Nitre** uviedli tieto skúsenosti z realizácie preventívnych programov:

- dobrý teoretický základ výrazne zlepšuje výsledky v oblasti prevencie;
- základom je dobre poznať situáciu v škole, koordinátor má plniť skôr funkciu dôverníka a poznať jednotlivcov osobne v ich možných rizikových sklonoch;
- koordinátor nesmie ísť do polohy len represívnej, prípadne odsudzujúcej užívateľov drog;
- žiaci a študenti si málokedy osvojujú životný štýl na základe racionálneho uvažovania, skôr inklinujú k napodobňovaniu svojich vzorov, či už kladných, alebo záporných;
- v kolektíve je dôležitá hodnotová orientácia prirodzených vodcov, lebo ak oni preferujú užívanie zakázaných látok, je veľká pravdepodobnosť, že ovplyvnia ostatných;
- návykové látky neponúka deťom väčšinou neznámy človek na ulici, ale často je to ich najlepší priateľ, spolužiak, rovesník, člen partie;
- riziko vzniku závislostí je viazané na stupeň rozvinutia sociálnych a emočných kvalít osobnosti;
- netreba sa báť prerušiť neúčinné alebo neadekvátne programy prevencie;
- prevencia je vždy možná, lebo ide o globálne zlepšenie verejného a duševného zdravia.

Pracovníci **Odboru sociálnych vecí v Nitre** odporúčajú:

- v školskom prostredí by mali učitelia zaznamenať zmeny v prejavoch správania detí, keďže ich učia niekoľko rokov; zaznamenať i prípadné podozrivé či opakujúce sa známky násilia – modriny, škrabance, opuchy;
- pokúsiť sa s deťmi komunikovať, rozprávať o ich živote, obavách, starostiach, nie však násilnou formou, nenútiť ich „spovedať sa“, počkať na vhodnú chvíľu a následne realizovať nový pokus;
- v prípade podozrenia a odmietania rozhovoru zo strany dieťaťa pokúsiť sa o komunikáciu s jeho blízkymi kamarátmi, spolužiakmi;
- signalizovať podozrivé skutočnosti rodičom, ak je podozrenie na sociálne problémy v rodine, sociálnemu pracovníkovi a psychológovi;

- vyvarovať sa opakovaného upozorňovania dieťaťa pred kolektívom na jeho nedostatky a problémy v správaní spôsobom jeho zosmiešňovania a „zhadzovania“;
- v prípade preverovania nejakého skutku v školskom prostredí automaticky neoznačovať bez dôkazov a reálnych faktov tie deti, ktoré v minulosti už mali nejaké priestupky;
- v prípade detí s poruchami správania si všímať aj drobné úspechy dieťaťa, jeho snahu byť lepším, zmeniť sa, aj keď vždy nie je úspešná; v požadovanej miere treba pochváliť aj za drobný krok; posun v pozitívnej rovine znamená pochvala aj pred kolektívom;
- dôležité je získať si dôveru detí, pomáhať im individuálne riešiť problémy, často anonymne a bez oboznámenia rodiny, pokiaľ sa problém týka vzťahov v rodine, viesť dieťa k prijatiu spolupráce i s odborníkmi.

Kolegovia **zo Základnej školy na ulici Vajanského v Nitre** najprv napísali, že najčastejšie negatívne javy, ktoré sa u nich prejavujú, sú:

1. Záškoláctvo.
2. Agresivita.
3. Šikanovanie.
4. Výbušné správanie.
5. Nerešpektovanie autority.
6. Rasizmus.

Uvádzajú, že pri *záškoláctve* sa im osvedčili tieto formy:

- ✓ pohovor so žiakom;
- ✓ pohovor s rodičmi;
- ✓ hlásenie na odbore sociálnych vecí;
- ✓ využitie výchovných opatrení;
- ✓ na potvrdenie o školskej dochádzke písať počet neospravedlnených hodín.

Neosvedčilo sa:

- ✗ kontaktovať sa s obvodným lekárom;
- ✗ chýba spätná väzba z odboru sociálnych vecí na školu;
- ✗ chýba spolupráca polície – škola (vrátane spätnej väzby).

Pri riešení uvedených problémov sa im *osvedčili* tieto formy:

- ✓ pohovor so žiakom, rodičom, spísanie zápisnice z pohovoru, pri pohovore so žiakom nevystupovať ako autorita a nestáť nad ním, snažiť sa vžiť do jeho situácie;
- ✓ posadiť ho chrbtom ku dverám, aby nehľadal cestu úniku;
- ✓ nikdy naraz nerozprávať s agresorom, poškodeným a svedkom, výpovede zaznamenať a dať podpísať účastníkom pohovoru;
- ✓ konfrontovať ich až po rozhovore;
- ✓ pri pohovore s rodičmi voliť takú taktiku, aby rodič dieťa slepo neobhajoval, ale pripustil aj jeho nedostatky, chyby;
- ✓ pedagogicko-psychologické vyšetrenie žiaka.

Neosvedčilo sa:

- ✗ naraz hovoriť s agresorom, poškodeným a svedkom;
- ✗ podceňovať aj zdanlivo zanedbateľné nevhodné správanie;
- ✗ nevenovať pozornosť žiakom, ktorí prídu s problémami za učiteľom;
- ✗ autoritatívne vystupovanie, hneď pri vstupe do triedy nevytypovať si žiakov, ktorých správanie nie je v súlade so školským poriadkom, a potláčať ich osobnosť (v každom je niečo dobré a treba to hľadať a využiť pri výchovnej práci);
- ✗ myslieť si, že slabo prospievajúci žiak je súčasne problémovým žiakom v správaní.

Najdôležitejšie je získať si ich dôveru a nesklamať ich, či už ide o agresora, alebo poškodeného. Agresorovi dať šancu (dieťa sa inak nezdôverí), chrániť žiaka, ktorý šikanovanie prezradil, sústavným výchovným pôsobením vplyvať na žiakov a učiť ich rozoznať dobré a zlé konanie.

V prípade *rasizmu sa osvedčili* tieto formy:

- ✓ pohovor so žiakom;
- ✓ vysvetlenie pôvodu rasizmu, odkiaľ prišli predkovia Rómov, v čom boli dobrí (remeslá), uplatnenie, mnohí majú vysokoškolské vzdelanie, teda ukázať, že sa to dá dosiahnuť;
- ✓ nehádzať ich do jedného „vrecu“;
- ✓ trvať na tom, aby v škole hovorili po slovensky;
- ✓ dať im pocítiť, že sú rovnakými žiakmi ako žiaci nerómski, vedieť ich pritúliť, poláskat – sú za to vďační.

Neosvedčilo sa:

- ✗ vystupovať autoritatívne, vyhrážať sa im, napríklad odobratím sociálnych dávok;
- ✗ komentovať ich zvyky;
- ✗ podceňovať ich, urážať.

Výsledky nie sú žiaduce ani pri veľkej snahe pedagogických pracovníkov, lebo rómski rodičia odmietajú spolupracovať so školou.

Pracovníci oddelenia organizácie a prevencie vnútorného odboru **Krajského riaditeľstva Policajného zboru v Nitre (vybavoval mjr. JUDr. Pavol Mekiňa)** navrhujú:

- na miestnej úrovni je potrebné zapájať do besied, informovanosti a celkovej prevencie kriminality policajtov s územnou a objektovou zodpovednosťou, ktorí majú na starosti jednotlivé územné obvody v teritóriu okresu;
- uskutočňovať semináre, besedy, periodicky, pravidelne navštevovať jednotlivé školské inštitúcie, organizácie, seniorov, sociálne slabšie skupiny, etniká a pod. Získať tak prehľad o problémových jednotlivcoch a možných spôsoboch ich nápravy. Informovať o kriminalite nachádzajúcej sa práve v ich lokalite;
- zakresliť krivky kriminality – jej výskyt. Spolupracovať s lekármi, psychológmi, sociálnymi pracovníkmi, združeniami – prizývať ich k spolupráci a spolupôsobeniu na deti, mládež a ostatné rizikové skupiny. Uskutočniť zlepšenia v tomto smere na jednotlivých školách, inštitúciách;

- zlepšiť spoluprácu s výchovnými poradcami a koordinátormi prevencie na jednotlivých školách, užšie s nimi spolupracovať, zapájať ich do navrhovaných programov, besied. Vedenie škôl a výchovní poradcovia by zasa mali zvýšiť záujem o spoluprácu s políciou, mali by mať väčší záujem o prezentácie, informácie, projekty, spoluprácu;
- hľadať všetky možné spôsoby, ako upozorniť rodičov, seniorov, deti a mládež – všetky skupiny obyvateľstva – na možné problémy, na kriminalitu, hrozby v súvislosti s aktuálnymi obdobiami roku. Zlepšiť, a najmä skvalitniť spoluprácu s médiami, hľadať všetky možné spôsoby pôsobenia aj za pomoci sponzorov, nadácií a pod.;
- zabezpečovať a vykonávať bezpečnostnú kontrolu spoločenských zariadení a zábavných podnikov v rámci svojho pôsobenia, zorganizovať a vykonávať kontrolu školských priestorov zameranú na výskyt toxických a omamných látok. Informovať školy, rodičov, sociálnych pracovníkov. Okrem iného zaujímať sa o to, kde sa deti a mládež zdržiavajú, s kým sa kamarátia, kde získavajú drogy, alkohol. Zaoberať sa rodičmi vo forme prednášok, besied a upozorniť ich, aby deti nevedli k záhaľčivému životu a pod.

Ján Ziman, náčelník Mestskej polície v Nitre, kladie v programe prevencie kriminality veľký dôraz na vzdelávanie, prípravu lektorov, preventistov. Píše, že by sa mali zdokonaľovať v cudzích jazykoch, v psychológii, komunikácii, mali by poznať najnovšie poznatky z oblasti preventívno-vzdelávacích programov, napr. Program DARE (Drug Abuse Resistance Education), VEGA (Violence Education and Gang Awareness), GREAT (Gang Resistance Education and Training), z domácich napríklad program CESTA, Poznaj sám seba, Ako byť sám sebou, Prečo a ako povedať droge NIE, program VIEME, ŽE... a iné. Navrhuje zabezpečiť vzdelávanie preventistov a lektorov v oblasti pochopenia podstaty a šírenia omamných látok v Európe, naučiť ich pôsobiť na rodičov rizikových detí.

Cenné sú jeho upozornenia na oblasti, o ktorých s deťmi a mladými ľuďmi treba hovoriť. Ide napríklad o problém objednávanie a predaja narkotík prostredníctvom elektronickej pošty, predaja zbraní, výroby výbušnín a práce so zábavnou pyrotechnikou, sexu a detskej pornografie, hackerstva, možnosti získať odpočívacie zariadenia cez mobily, nelegálne kopírovanie softvérov, hudby, CD, videa atď. Navrhuje, aby sa rozhovory, besedy, prednášky, programy zamerali aj na bezpečnú jazdu na bicykli, kolieskových korčuliach, bezpečné telefonovanie, ochranu bytu pred zlodejmi, ochranu detí pred úrazmi doma aj vonku, pravidiel správania na verejnosti, bezpečný pobyt na ulici a v cudzích mestách, na to, ako sa bezpečne hrať, kúpať, na pravidlá prvej pomoci, bezpečný pobyt v prírode, bezpečný kontakt so zvieratami, závislosť od televízie, počítača, internetu. Odporúča viesť rozhovory na témy zdravého životného štýlu, blahodarných účinkov športu, riešenia konfliktov a pod.

Uviedli sme odporúčania a skúsenosti ľudí, ktorí pracujú v prevencii kriminality, ako aj nežiaducich závislostí. Nie všetky ich skúsenosti sú platné v inej komunite, u iných detí v iných podmienkach. Poskytujú však obraz o tom, ako vnímajú problémy odborníci v pedagogicko-psychologických poradniach, v školách, na polícii, na odboroch sociálnych vecí...

Uvedený zoznam, kde všade a čo všetko by mali robiť lektori preventisti, ukazuje, že ide o veľmi široký a závažný okruh aktivít. Programom VIEME, ŽE... chceme prispieť k snahe minimalizovať prejavy ľudského zla, najmä u detí a mladých ľudí.

METODICKÉ POKYNY K LEKCII Č. 1

Prípád Paťa

Ide o prípadovú štúdiu, kde základom je konflikt, ktorý vyústil do násilia.

Cieľom analýzy tohto prípadu a aktivít s ním spojených je príprava na nenásilné riešenie domácich, ale aj iných medziľudských konfliktov. Umenie riešiť konflikty je jednou z účinných ciest predchádzania prejavom agresie, násilia.

V tejto lekcii sa precvičuje najmä:

- empatia;
- komunikácia;
- rolové hry - zaujatie rozličných rolí;
- interpersonálna tvorivosť.

Postup pri realizácii

Skupina 5 - 9 žiakov, maximálne 12. Pri väčšej skupine, napríklad triede, treba niektoré kroky metodiky, postupu upravovať.

Pomôcky:

čisté papiere a pero. Tabuľa alebo hárky papiera a fixky. Každý žiak by si mal založiť svoj pracovný zošit - môže ho nazvať denník, alebo inak, kde si len pre seba bude zapisovať veci, ktoré ho zaujali a ktoré potrebuje na sebazlepšenie. Lektori majú vyzvať účastníkov, aby si takéto denníky urobili.

Motivácia:

„Žiaci, dnes si rozoberieme prípad Paťa, chlapca, ktorý sa celkom priemerne učí, výborne hrá basketbal, ale dostal sa do konfliktu s matkou. Chodí do siedmej triedy. Istotne aj vám sa stane, že sa dostanete do konfliktu s rodičmi alebo s inými ľuďmi. Riešiť dobre, pokojne a rozumne konflikty je jednou z najvzácnejších schopností človeka. Lebo stále, po celý život nás budú sprevádzať konflikty, preto by sme sa mali naučiť ich čo najlepšie zvládať. Mnoho ľudí sa hnevá na iných pre malichernosti len preto, že si nevedia spolu sadnúť, pokojne sa porozprávať o tom, čo je predmetom ich sporu. Skúsme sa dnes učiť na jednom takomto konflikte.“

Postup:

1. Žiaci si „prípád“ prečítajú. Nezačnú ešte pracovať na otázkach. Po prečítaní sa lektor môže žiakov opýtať, či podobné problémy prežívajú doma, či už mali podobný konflikt s rodičmi.

2. Žiaci hovoria o svojich skúsenostiach. Opisujú konflikty s rodičmi, prípadne aj so spolužiakmi.

3. Možno sa ich opýtať, aké pocity mali pri konflikte a aké potom, ako si na to spomínajú dnes.

4. Pristupujeme k úlohe č. 1. Tu je vhodné, aby si žiaci sami písali na papier alebo do svojho tréningového zošita, čo by urobili, keby videli, že mama plače... Zdôraznite im, že sú nazoštení. Už tu sa dá využiť poučenie o tom, ako rozdielne sa človek díva na veci, konflikty, keď je pokojný, keď má „chladnú hlavu“ a keď je nahnevaný, rozčúlený. Žiaci napíšu na kus papiera svoje pocity, reakcie na plač matky. Treba zdôrazniť, aby sa na lístky nepodpisovali, že je to anonymné, aby každý napísal skutočne to, čo by asi v tejto situácii urobil. Pre lekora je to zároveň dobrý diagnostický nástroj na poznanie vzťahu žiakov ku svojim matkám.

5. Lístočky sa zozbierajú, premiešajú a potom lektor vyzve niektorého člena skupiny, aby čítal, čo je napísané na jednotlivých lístkoch, druhý žiak to zapíše na tabuľu alebo hárok papiera pomocou fixiek. Ostatní členovia nevykrikujú a nevstupujú do tejto činnosti. Ten, čo píše na tabuľu, môže robiť len čiarky pri odpovediach, ktoré sa opakujú.

6. Do troch kolónok sa potom rozdelia všetky reakcie. V prvej budú výroky, aktivity, ktoré matku ľutujú, ospravedľujú sa, idú k nej a prosia o odpustenie, oznamujú, že sa už budú lepšie učiť a podobne. Hovoríme o kolónke zmierenia, priblíženia. V druhej budú neutrálne reakcie, najčastejšie to býva, že neurobí nič, alebo pôjde do svojej izby a podobne. Hovoríme o únikových reakciách. Tretia kolónka bude obsahovať reakcie útočné, kde Paťo bude chcieť kľúče za každú cenu, kde bude nadávať mame, alebo aspoň jej vytykať, dohovárať, aká je, a podobne.

7. Záverečná debata o úlohe č. 1 má byť o tom, ktorú reakciu žiaci považujú za najlepšiu a prečo. Ideálne by bolo, keby žiaci sami vyslovili, že najlepšou reakciou je ospravedlnenie sa mame za svoje správanie a prijatie konkrétnych opatrení na zlepšenie učenia – nie trestami, ale Paťovou systematickou prácou (denný režim).

8. Tu možno urobiť prestávku, aby bol odstup od prvej úlohy, lebo v druhej a tretej ide o vcítenie sa do iných ľudí. To si vyžaduje zvláštnu atmosféru a inštrukcie.

9. Pristupujeme k druhej úlohe. V nej sa majú žiaci vcítiť do Paťovho otca, keby existoval a bol doma, alebo keby prišiel domov. V tretej úlohe sa majú žiaci vžiť do matky. V oboch týchto úlohách je možné postupovať tak, že:

- a) žiaci si predstavia seba v role otca či matky a hovoria, alebo napíšu, čo by urobili v tomto prípade;
- b) žiaci budú hovoriť o tom, ako by sa správali ich skutoční rodičia, t. j. otec a matka, tak ako to poznajú, aké majú so svojimi rodičmi skúsenosti.

Oba postupy sú vhodné; v druhom prípade ide o dosť intímne údaje a je možné, že niektorí žiaci to odmietnu – netreba im v tom brániť. Vcítenie sa do roly otca a matky umožňuje predebatovať otázky disciplíny a správania z rozličných hľadísk. Prínos takého prístupu je v tom, že žiaci poznajú, aké rozličné správanie a myslenie majú ich spolužiaci, ale aj rodičia. To môže viesť nielen k zlepšeniu empatie, ale aj k tolerancii.

10. V úlohe č. 2 a 3 možno postupovať rovnako ako v prvom prípade, teda nepodpísané lístočky sa zozbierajú a reakcie sa píše na tabuľu alebo kus papiera. Nasleduje diskusia o najčastejších reakciách skutočného otca a matky a ich rolí otca a matky.

11. Veľmi cennou a závažnou môže byť obmena tejto úlohy v podobe hrania rolí. Lektor vyzve niektorého žiaka (môže sa žrebovať, povedať náhodné číslo alebo vyvolať žiakov, ktorí sa narodili v máji; a možno použiť aj iné podobné techniky). Napríklad prvou verziou môže byť hra:

- a) Paťo a matka;
- b) Otec, ktorý príde domov, a Paťo;
- c) Paťo hrá nahnevaného...;
- d) Paťo sa ospravedľňuje... atď.;
- e) Zahrajte si rolu matky, ktorá bude s Paťom hovoriť hodinu po konflikte...

12. V tomto kroku žiaci čítajú ďalšiu časť lekcie pre seba.

13. V štvrtej úlohe môžeme žiakov vyzvať, aby diskutovali o príčinách tohto konfliktu, a o chybách, ktoré obidvaja urobili. Môže sa ísť aj viac do minulosti a rozoberať vzťahy v rodine, ich tvorbu, komunikáciu v rodine. Obmena môže byť taká, že sa reč preniesie na skutočné vzťahy a reálny život žiakov. Môžu napríklad na lístky napísať, aké sú ich chyby, alebo čo ľutujú, že urobili, a naostatok, čo si na sebe vážia...

14. V piatej úlohe žiaci odpovedajú, čo si myslia o tom, čo je v otázkach. Môžeme to využiť na zatelefonovanie na políciu alebo na pozvanie policajta na besedu do školy. Vieme, že trestná zodpovednosť je 15 rokov, teda Paťo by bol trestne stíhateľný. Rovnako je možné, aby syn zažaloval rodičov alebo oznámil, že ho týrajú... Túto časť treba využiť na to, či žiaci vedia, kde môžu napríklad telefonicky ohlásiť zneužívanie a týranie. Ak to lektor nevie, nech si v príprave na túto lekciu skutočnosti zistí napríklad na polícii.

15. V šiestej úlohe sa sčasti vraciame k príčinám, ale zamerajme sa viac na to, ako predchádzať takýmto situáciám, ako odstraňovať chyby, ktoré v živote robíme.

16. Siedma, predposledná úloha vyžaduje od žiakov a lektorov záverečný nácvik riešenia situácie – konfliktu. Hoci už raz na situáciu reagoval, či teraz po debate a rozbere nezmenil svoje stanovisko, čo by žiak dodal k tomu, čo už napísal alebo povedal predtým. Siedmu úlohu je znova možné riešiť trojako (možno použiť buď jeden z postupov, alebo všetky tri). Sú to:

- a) písanie riešení na lístky;
- b) diskusia v skupine;
- c) hranie rolí.

17. Možno zaradiť ešte ôsmu úlohu, ktorá iba posilňuje či nanovo precvičuje to, čo už bolo urobené.

18. Na záver lekcie si žiaci prečítajú PONAUCENIA. Dôležité je, aby si ich žiaci zapísali do svojich pracovných zošitov vlastnými slovami, aby dopísali ďalšie ponaučenia a aby si napísali, čo je potrebné zvlášť zvýrazniť! Bolo by vhodné, aby sa žiaci dohodli na pravidlách riešenia konfliktov, napísali ich spolu s lektorom na veľký hárok papiera a zavesili ho do ich triedy, klubu. K týmto zásadám sa možno vracáť pri ďalších sporoch a konfliktoch

a po určitom čase sa žiakov spýtať, či sa im darí dodržiavať zásady konštruktívnej hádky a lepšie zvládať konflikty, alebo prečo nie. Čo im v tom bráni? Kto väčšinou zlyháva?

Nezabudnite nacvičovať ospravedlnenia! Reálne, napríklad v dvojiciach. Najprv chlapec s chlapcom, dievča s dievčaťom, potom chlapec s dievčaťom, aby si preskúšali rozličné formy ospravedlnenia a povedali, či sa im to zdalo úprimné, alebo nie, napríklad či sa ten, kto sa ospravedľňuje, pritom díval do očí druhému, či mu podal ruku a podobne.

METODICKÉ POKYNY K LEKCII Č. 2

Policajt Marcel

Cieľom tohto zamestnania je nielen oboznámiť žiakov s prácou polície, ale aj mať oči otvorené a vidieť možné nebezpečenstvá a ohrozenia, ktoré sú okolo nás. Do jednej lekcie sme sa snažili zahrnúť najčastejšie problémy, s ktorými sa môže každý z nás stretnúť a ktoré súvisia so správaním ľudí.

Lekcia obsahuje až deväť cvičení – úloh. Ako naznačuje úvodný text, ide vlastne o denný program policajta pochôdzkara, s ktorým ide chlapec po obci, meste a vníma svet očami ochrancu poriadku.

Lekcia nemá charakter „prípadovej štúdie“ ako predchádzajúca lekcija číslo jedna. V tomto prípade ide o „*štúdiu problému*“ („problem study“). Kým pri prípadových štúdiách sú v centre pozornosti problémy jedného človeka alebo jeho vzťahov k druhým (Paťov vzťah k matke a naopak), v „*štúdiách problému*“ je v centre pozornosti problém, a nie osoba. V lekcii číslo dva ide o problém poriadku a bezpečia v mieste bydliska, doma, na ulici, v škole. Základnou metódou, ktorú tu precvičujeme a realizujeme, je metóda **tvorivého riešenia problémov**. V prvej lekcii základnou precvičovanou metódou bolo riešenie konfliktov.

Cieľom okrem toho je: zvýšenie vnímavosti, zvedavosti, všímavosti k svojmu okoliu, nácvik fluencie, flexibility a originality myslenia a cítenia, prežívania. Vzbudenie a zintenzívnenie motivácie konať niečo proti zlu vo svojom okolí.

Úlohy sú koncipované tak, že ich môže robiť sám žiak a podeliť sa so svojimi skúsenosťami s tými, ktorých si sám zvolí. Oveľa efektívnejšia je práca, keď sa uskutočňuje pod vedením LEKTORA.

Postup

1. Lektor si najprv má dobre preštudovať celý problém – lekciju. V úlohe č. 1 požiada žiakov, účastníkov práce v skupine, aby sa očami policajta pozreli na svoje okolie. Lektor môže špecifikovať podľa miestnych podmienok, čo všetko pod pozorovanie zahrnie. Účastníci:

- a) opisujú len cestu do školy;
- b) do opisu zahrnujú aj pobyt doma a v škole;
- c) na svoju dedinu, mesto, časť mesta sa dívajú očami policajta;
- d) majú neobmedzené pole pozorovania.

U menších detí, piatakov, šiestakov, možno bude na úvod treba povedať stručne o tom, čo všetko policajti robia, čo je náplňou ich práce. Informácie sa najlepšie získajú priamo u policajtov alebo na besede, ktorá by mala predchádzať tomuto zamestnaniu. Stručne uvedieme, čo môže lektor povedať deťom, ak sa neuskutoční beseda s policajtmi.

Jednou z úloh polície je ochrana verejného poriadku. Pod tým rozumieme udržiavať pokoj, to znamená, aby bol poriadok na uliciach a verejných miestach, aby neboli ľudia ohrozovaní zlodejmi, opitými ľuďmi, kriminálnymi živlami. Pod ochranou verejného po-

riadku rozumieme aj bezpečnosť ľudí, pri ktorej ide o prevenciu nehôd, prevenciu pred prírodnými a ľudskými katastrofami. Ochranu aj domov, aj domácich zvierat pred povodňami, ohňom a podobne. Pod ochranou verejného poriadku máme na zreteli aj ochranu verejného zdravia, udržiavanie čistoty, ochranu životného prostredia.

Sú rozličné druhy polície. Poznáme:

Justičnú a kriminálnu políciu, ktorá sa snaží zabrániť trestnej činnosti, ako sú vraždy, fyzické napadnutia, krádeže, užívanie drog, majetková kriminalita, ale aj napríklad falšovanie peňazí, výroba a predaj zbraní, omamných látok, hľadanie nezvestných osôb a podobne, hľadanie ukradnutých áut a ich zlodejov. Ich úlohou je robiť prevenciu, teda prijímať opatrenia, aby sa takáto kriminálna činnosť nevyskytovala, ale ich úlohou je aj pátrať po zločincoch, vyšetrovať, zháňať dôkazy o ich trestnej činnosti. Potom ich odovzdávajú súdom na potrestanie.

Poriadková polícia hliadkuje na uliciach, najmä na miestach najčastejšieho výskytu trestnej činnosti. Dávajú pozor, aby sa ľudia cítili bezpečne na verejných priestoroch, ale aj v obchodoch, reštauráciách, zábavných podnikoch, v školách. Hliadkujú alebo robia obchádzky na miestach, kde sa zhromažďuje veľa ľudí, napríklad pri slávnostiach, zábavách, športových a kultúrnych podujatiach. Hliadky robia policajti väčšinou na autách alebo motorkách, niekde aj na koňoch. Pochôdzkari chodia pešo vo dvojiciach a majú svoje regióny – oblasti, kde sa dobre vyznajú, kde to dobre poznajú. Škoda, že u nás je pomerne málo práve pochôdzkarov.

Dopravná polícia nielen rieši dopravné priestupky a nehody, ale robí aj prevenciu napríklad formami besied, rozhovorov, prednášok, ale aj letákmi, reláciami v rozhlase, televízii, tlači. Pomáha aj pri dopravnej výchove v školách a školských zariadeniach. Veľa práce majú najmä v čase letných prázdnin, v čase dovoleniek. Dopravná polícia má na starosti aj to, či chodci chodia správne na priechodoch, či dodržiavajú dopravné predpisy, má na starosti bicyklistov, môže kontrolovať aj detí a mladých ľudí na kolieskových korčuľiach, ak sú na verejnej komunikácii alebo vo verejnom parku.

Polícia vo svojej ťažkej práci spolupracuje s občanmi. Záleží jej na tom, aby pri ochrane zdravia ľudí, ochrane životného prostredia a verejného poriadku spolupracovali aj občania, len tak sa podarí znížiť násilie, výskyt zla v našom živote. Ochrana verejného poriadku zabezpečuje aj obecná polícia, súkromná bezpečnostná služba, Vojenská polícia, Železničná polícia, Zbor väzenskej a justičnej stráže. Každá má svoje špecifické úlohy a priestor, v ktorom vykonáva ochranu verejného poriadku. Všetky zložky polície majú spolupracovať najmä s obecnými úradmi, ktoré by mali byť koordinátormi všetkých činností na miestnej úrovni, a teda koordinovať aj prácu školy s políciou.

2. V druhom kroku postupu by mali účastníci prikróčiť k práci na prvej úlohe, v ktorej majú napísať (alebo hovoriť), čo vidia očami policajta vo svojom okolí. Lektor dá žiakom aspoň 15 – 20 minút času na to, aby na papier napísali svoje pozorovania, čo im najviac prekáža v ich okolí. Treba vyzvať odpovedajúcich, aby si premietli svoju cestu do školy, do obchodov, okolie svojho domu, bytu a spísali čo najviac vecí, ktoré im prekážajú. Potom lektor vyzve účastníkov, aby v poslednom riadku uviedli skutočnosť, ktorá im najviac prekáža.

3. Tretí krok je zameraný na tvorivosť. Len pripomenieme najjednoduchšie vymedzenie tvorivosti, ktoré hovorí, že *tvorivosť je produkcia nových a prijateľných, užitočných, hodnotných myšlienok, reakcií, produktov*. Postupujte podľa návodu v úlohe číslo dva. Povedzte im, že môžu slobodne, voľne produkovať pocity a myšlienky, ktoré im prídu na myseľ. Potom bod za bodom hovoria, čo počuli, čo voňali, aké farby vidia a o čom by hovorili s autobusom. Cvičenia majú za cieľ rozširovať ľudské vnímanie, všímavosť, citlivosť, čo prispieva k bohatšiemu, plnšiemu prežívaniu skutočností okolo nás. Podúlohu v písmene d) je možné uskutočniť aj tak, že žiak si sám zvolí, s kým chce viesť rozhovor (pes, bicykel, strom, cesta...). Odporúčame, keď je málo žiakov v skupine, aby rozhovor viedli nahlas pred všetkými ostatnými, pokiaľ je v skupine veľa žiakov (viac ako desať), je vhodnejšie, keď žiaci napíšu svoj dialóg so zvoleným objektom. Potom je potrebné, aby prečítali svoje rozhovory. Obmenou môže byť, že žiaci si prečítajú všetky rozhovory a ohodnotia ich a prečítajú či vyvesia sa len tie najvtipnejšie, najkrajšie.

4. V štvrtom kroku riešime úlohu číslo tri. Je to tiež tvorivá úloha. Účastníci majú vymyslieť čo najviac nápadov, ako bojovať proti špine a neporiadku na uliciach, v parkoch. Je možné postupovať niekoľkými spôsobmi. Nechávame na lektoroch, aby podľa zloženia žiakov a času na riešenie vybrali jednu z týchto možností:

a) dáme žiakom možnosť, aby pracovali na úlohe samostatne a písali návrhy na papier alebo do svojho denníka, pracovného zošita. Pri každej úlohe na rozvíjanie tvorivosti je potrebné dodržať takúto inštrukciu: *Žiaci, dávajte pozor, táto úloha, ktorú vám teraz dám, nie je takou úlohou, ako bežne v triede na vyučovaní dostávajúte. V tejto úlohe ide o to, aby ste čo najviac vecí vymysleli. Ide o úlohu na rozvoj tvorivosti. Chcem od vás, aby ste vymysleli*

- čo najviac nápadov, myšlienok, riešení na danú úlohu (čo robíť proti špine a neporiadku na uliciach),

- chcem, aby nápady, ktoré vymyslíte, boli rozmanité, aby sa stále neopakovalo to isté riešenie,

- a bolo by dobre, keby ste vymysleli také odpovede, riešenia, ktoré nevymyslí asi nikto z tejto skupiny, z vašej triedy;

b) alternatívou môže byť, že na tvorbe nápadov robí skupinka troch žiakov. Ak je žiakov v skupine, triede veľa, môže byť v skupine až päť žiakov. Po určitom čase (približne desať, pätnásť minút) žiaci čítajú svoje riešenia. Jeden žiak môže návrhy písať na tabuľu alebo na papier a označovať tie, ktoré sa najčastejšie vyskytujú;

c) tretou možnosťou je riešiť tvorivý problém **brainstormingovou metódou**. Uvedieme stručne pravidlá brainstormingu (podrobnejšie je táto metóda opísaná v knihe M. Zelinu: *Stratégia a metódy rozvoja osobnosti dieťaťa*. IRIS, Bratislava 1996):

⇒ Zadajte veľmi jasne úlohu tvorivého charakteru.

⇒ Žiadajte účastníkov, aby vymysleli čo najviac najrozmanitejších a najoriginálnejších nápadov na riešenie úlohy.

⇒ Všetky nápady píšete na tabuľu alebo na papier, aby každý účastník videl predchádzajúce nápady.

⇒ Zakázaná je kritika nápadov, výsmech nápadov, spochybňovanie nápadov, poznámky o nerealizovateľnosti návrhov a podobne.

- ⇒ Nápady sú anonymné v tom zmysle, že sa návrh bez mena napíše na tabuľu. Nie je dôležité meno, ale obsah návrhu.
- ⇒ Všetmožno je potrebné vyvolať atmosféru voľnosti, hry, slobodného navrhovania každého člena skupiny.
- ⇒ Treba vyzvať účastníkov, že môžu podávať aj „bláznivé“ nápady, aby sa nebáli popustiť fantáziu.
- ⇒ Zásadou je, aby sa oddelila fáza produkovania nápadov a riešení od fázy ich hodnotenia. Účastníkom možno povedať, že kladom tejto metódy je práve to, že sa oddeľuje tvorba nápadov od ich hodnotenia. Mnohí ľudia nepovedia ani dobré nápady, pretože sa obávajú kritiky alebo si hovoria, že ten nápad nie je dobrý, a podobne. Autocenzúra je silná a v tomto prípade mnohokrát na škodu riešenia problémov.

Keď sa účastníci oboznámia s podmienkami brainstormingu, lektor môže vyzvať účastníkov, aby produkovali nápady na tému, čo robíť so špinou a neporiadkom na našich verejných miestach podľa spomínaných pravidiel.

V ďalšom kroku, keď sú spísané návrhy, urobí sa zvyčajne prestávka a potom sa pristupuje k hodnoteniu nápadov. Hodnotia účastníci, žiaci pod vedením lektora. U starších žiakov možno najprv hovoriť o kritériách hodnotenia (uskutočniteľnosť, peniaze, ľudia, povolenia a podobne) a potom hodnotiť návrhy. Hodnotenie môže byť verejné, keď každý povie svoj názor, alebo neverejné, keď každý účastník napíše na papier poradie najlepších nápadov a z toho sa urobí konečné poradie najlepších nápadov.

V poslednom kroku brainstormingu sa realizujú navrhované nápady, ak brainstorming nebol použitý len na výcvik. V našom prípade je možné prepojiť výcvik s realizáciou, lebo ak žiaci majú dobré návrhy na udržiavanie čistoty a poriadku vo svojom okolí, bolo by vhodné tieto nápady aj realizovať. K tomu vyzýva aj posledná časť textu v úlohe číslo tri.

K metodike brainstormingu je vhodné stále sa vracaf, zdokonaľovať žiakov v jej používaní. Jej význam je v tom, že modeluje dosť presne bežné životné situácie. Obsahuje tak fázu poznania, diagnostiky problému, ako aj fázu tvorby návrhov, ako situáciu, problém riešiť, a aj fázu hodnotenia nápadov návrhov a ich realizáciu v praxi. Tento postup myslenia je prítomný v našom živote každý deň a skoro v každej situácii – okrem rutinných činností. Keď človek ráno vstane, musí sa pozrieť von, či je zima, alebo teplo: má problém, čo si obliecť. Keď zhodnotí, že je zima (hodnotiace myslenie), začína premýšľať (tvoriť), čo si oblieče. Napokon sa oblieka – realizácia. A tento proces sa v živote ustavične opakuje na úrovni menšej alebo väčšej závažnosti problému, ktorý riešime.

5. Úlohy číslo štyri a päť sa týkajú správania chodcov a šoférov na verejných komunikáciách, cestách. Túto úlohu je možné realizovať dvojako – najmä v závislosti od času, ktorý má lektor k dispozícii. V prvom prípade, rýchlejšom, nechá žiakov diskutovať alebo písať, aké najčastejšie priestupky spozorovali. V druhom prípade im môže povedať, aby sledovali niekoľko dní vodičov a ľudí na ulici, v čom porušujú pravidlá. Úlohu môžeme rozšíriť o sledovanie správania sa ľudí na zastávkach autobusov, električiek, v čakárňach vlakov, autobusov. Úloha sa ďalej dá rozšíriť tak, že účastníci nielen spíšu problémy, ale pokúsia sa navrhovať riešenia, prípadne navrhnuté riešenia realizovať v praxi. Pritom už môže lektor postupovať podľa známej metódy brainstormingu. V jednom výcviku žiaci ôsmej triedy

navrhli, aby sa niekto postavil na križovatku, kde sú semaforey, a fotografoval ľudí, ktorí prechádzajú cez cestu na červenú. Čo potom urobiť s týmito fotografiami? Alebo to robiť len ako fintu? Iní žiaci navrhovali umiestniť špeciálne nápisy na tieto priechody, ktoré by upozorňovali na výšku pokuty za prechádzanie na červenú... Podobne sa dá riešiť úloha fajčenia na zastávkach, v čakárňach.

6. V šiestom kroku tejto lekcie riešime úlohu číslo šesť. Ide o pomerne osobnú úlohu pre niektorých žiakov. V mnohých prípadoch sa skončí hádkou. Úlohu možno využiť na oboznámenie žiakov so zásadami konštruktívnej hádky (pozri spomínanú knihu *Stratégie a metódy rozvoja osobnosti dieťaťa*), ale cieľom tejto úlohy je najmä ochrana zvierat a živočíchov vôbec. A v tej súvislosti aj starostlivosť o životné prostredie.

Poznámky na zamyslenie a konanie priamo vedú k akcii, činnosti. Lektorom odporúčame, aby si nacvičili *hlásenie takýchto porušení verejného poriadku alebo hlásenie priestupkov na polícii*. To si vyžaduje zistiť telefónne čísla, prípadne mailovú poštu, adresu alebo poznať pochôdzkarov. Najprv by to mal urobiť lektor a potom takéto hlásenie poskytujú žiaci. Môže ísť o dohovor s políciou o výcviku takýchto hlásení, ale z výchovného hľadiska je účinnejšie, keď ide o skutočné priestupky a ich hlásenie. Podľa našej skúsenosti žiakov v tejto súvislosti vždy zaujíma, čo sa s hlásením stane. Lektor by mal ďalej podporovať komunikáciu hlásateľa s políciou a prebrať možnosti, čo sa stalo s hláseniami, aké opatrenia sa uskutočnili.

7. V siedmej úlohe si žiaci prečítajú text a premýšľajú, na čo zabudli, a dopíšu svoje postrehy.

8. V ôsmom kroku riešime úlohu číslo osem. Každý žiak zoradí do poradia spomínané problémy. Dajme im na zváženie aspoň tri až päť minút. Potom si žiaci poradia navzájom porovnajú. Spriemernením poradí sa dá urobiť poradie za celú triedu, skupinu. V ďalšom možno vypočítať rozdiel každého žiaka od celkového, skupinového či triedneho poradia. To dá obraz o rozdielnosti názorov žiakov a spätne vedie k tomu, aby sa učili pochopiť iných, k tolerancii a k diskusii, uvažovaniu. Tretiu odrážku v ôsmej úlohe môžeme riešiť brainstormingom.

9. V deviatom kroku riešime deviatu úlohu druhej lekcii. V nej sa požaduje, aby žiaci navrhli nápis boja proti špine a neporiadku vo svojom okolí. Lektor nemá zabudnúť na inštrukciu pri tvorivých úlohách: čo najviac najrozmanitejších a najoriginálnejších riešení! Aktivitu možno uskutočniť prinajmenšom tromi metodickými spôsobmi:

- a) návrhy vypracuje každý účastník sám;
- b) na návrhoch pracujú skupiny po troch až piatich žiakov;
- c) návrhy sa robia metódou brainstormingu.

Na doplnenie navrhujeme ďalšiu úlohu: Čo robíť s počarbanými stenami a múrmi? Čo robíť so sprejermi?

10. Lekciu končíme poučeniami. Lektor môže rozšíriť poučenia o ďalšie, ktoré sú reálne a konkrétne v ich prostredí. Nech viac tvoria a vymýšľajú žiaci ako lektor. Dôležité však je, aby sa dohodli aj na konkrétnej činnosti, na niečom, čo pomôže udržať poriadok a čistotu v ich prostredí. Je vhodné diskutovať aj o tom, prečo sa žiaci a dospelí ľudia mnoho ráz

obávajú zhlásiť veci polícii alebo inde. Obávajú sa upozorniť aj ľudí, ktorí robia niečo zlé. Napríklad, koľko žiakov povie svojim spolužiakom, aby nefajčili? Jedna vec by sa mala obzvlášť zdôrazniť: potreba zlepšenia spolupráce školy, žiakov s políciou.

METODICKÉ POKYNY K LEKCII Č. 3

Prípád Laca

Lekcia číslo tri sa zaoberá prípadom šikanovania. Zvolili sme ho preto, lebo šikanovanie predstavuje širokú škálu prejavu ľudského zla a násilia, ako aj preto, že sa rozširuje aj v našich školách, a najmä na druhom stupni základnej školy. Šikanovanie v podstate predstavuje typový príklad prejavovania sa zla, kde účastníkmi sú agresor a jeho obeť či obeť.

Cieľom tretej lekcie je premýšľať o ľudskom zle, ktoré je v určitej miere v každom z nás. No nielen premýšľať, ale urobiť niečo preto, aby zlo, agresia, násilie, nenávisť u nás nehrali prvé husle, aby neprevládali v našom živote. V tomto prípade ide o zlo, ktoré v určitých podobách možno pozná každý žiak, prežil ho alebo prežíva jeho pôsobenie, a preto rozbor tohto problému môže priniesť značný úžitok.

Postup

1. Lektor vyzve žiakov, aby si prečítali príbeh Laca. Môže to urobiť napríklad pomocou takejto inštrukcie – **motivačného** úvodu: *„Možno každý z vás už zažil, že niekto ho napadol, či už slovné, alebo fyzicky, alebo ho ohováral, nadával mu, ponížoval, hovoril o ňom nepravdivé veci... Dnes chcem, aby sme rozoberali jeden takýto prípad a pohovorili si o ňom. Je to aj preto, že aj veľké zlé veci, napríklad zločiny, sa možno začínajú napohľad nevinnými klamaniami, krádežami či ohováraním a napadnutiami. Teraz si všetci sami pre seba prečítajte príbeh Laca, žiaka siedmeho ročníka. Skôr ako čokoľvek povieť, ticho sedte a premýšľajte o tomto a podobných prípadoch z vášho života. Môžete začať čítať.“*

2. Po prečítaní príbehu lektor vyzve žiakov, aby poukázali na to, aké problémy príhoda prináša, opisuje. V rozhovore žiaci možno prídu na to, že ide o dve veci. Ak to žiaci nepoznajú, môže tieto problémy nastoliť lektor. Možno hovoriť o týchto problémoch:

- ⇒ ide o šikanovanie;
- ⇒ ide o nahlásenie šikanovania, „bonzáctvo“, alebo oznámenie.

V prvom rade by sa lektor mal opýtať zúčastnených, či vedia, čo je šikanovanie a čo je „bonzovanie“. Ak žiaci sami nevedia vymedziť tieto pojmy, môže lektor svojimi slovami, primeranými chápaniu a veku žiakov, povedať, že šikanovanie je slovné alebo neslovné násilie na druhých, že „bonzovanie“ je žalovanie. Je však potrebné, aby lektor viedol diskusiu so žiakmi a spresnil, kedy oznámenie krádeže, zločinu, napadnutia žiaka je „bonzáctvo“ a kedy správne oznámenie. Je dobré to ukázať na príkladoch zo života žiakov.

3. Úloha číslo jeden hovorí aj o tom, aby sa vysvetlilo, čo je šikanovanie. Potom nasledujú dve úlohy. Prvá žiada účastníkov aktivít, aby sa pokúsili besedovať o tom, čo sa proti šikanovaniu dá robiť. Predovšetkým treba poukázať na to, že šikanovanie je trestný čin.

4. Vo štvrtom kroku riešime druhú úlohu z tejto lekcie. Vyžaduje si debatu o tom, čo je anonymný list, čo je anonymita (dá sa nadviazať na tajné hlasovanie v parlamente, triede, školskom parlamente). Možno rozviesť diskusiu na tému školského parlamentu. Ak ho žiaci

nemajú, v rozhovore môžeme vysvetliť, čo je školský parlament, ako funguje, na čo slúži, a potom sa spýtať žiakov, či by ho chceli mať vo svojej škole. Pokiaľ školský parlament majú, možno hovoriť o tom, ako zlepšiť jeho činnosť. V druhej časti úlohy treba cvične napísať vtípny, tvorivý anonymný list vedeniu školy, ktorý sa môže týkať šikanovania alebo inej veci, napríklad krádeže. Ak si žiaci nevedia rady, lektor im môže pomôcť tým, aby prirvnali „šikanéra“ napríklad k zlému drakovi v rozprávke... Plynule môže táto úloha pokračovať riešením úlohy číslo tri, kde je potrebné predebatovať, či sa šikanovanie vyskytuje aj v škole, do ktorej žiaci chodia, a akú má podobu. Žiaci nebudú úprimní, kým sa im nevysvetlí, že nejde o žalovanie, že sa nemusia hovoriť ani žiadne mená a že tento rozhovor nebude mať nijaký dosah navonok, nikto sa nedozvie, čo sme hovorili. Chceme, aby žiaci hovorili o tom, kto im kedy ukrivdil, urazil ich, klebetil o nich, požičoval si niečo od nich a nevrátil im to, nadával im, posmieval sa im, ponižoval ich, alebo dokonca fyzicky napadol, trestal, bil a podobne.

5. Na konci tohto cvičenia, ktoré je dosť dramatické a osobné, treba dať prestávku. Po prestávke lektorom odporúčame pokračovať vysvetľovaním pojmov „šikanovanie“, a to na základe toho, čo uvádzali žiaci zo svojich konkrétnych skúseností. V úlohe číslo štyri len požiadame žiakov, aby stručne napísali, čo by urobili na Lacovom mieste.

6. V úlohe číslo päť ide o dve veci: žiaci majú navrhnúť, ako by sa dalo oznámiť šikanovanie a čo proti nemu robiť. Obe otázky možno riešiť rozhovorom, diskusiou. Ak by sa žiaci zdráhali, možno použiť písomnú formu alebo skupinovú prácu a na jej konci hovorca skupiny prednesie návrhy.

7. V úlohe číslo šesť žiadame účastníkov, aby označili číslom 1 toho, komu by na prvom mieste oznámili, že sú šikanovaní, číslom 2 toho, komu by to povedali, ak nie tomu na prvom mieste, atď. Nemusia zoradiť všetkých, stačí označiť dvoch-troch, komu by to oznámili, ku komu majú dôveru. Tu môže lektor toto cvičenie dobre využiť na to, aby potom za celú skupinu, triedu oznámil, ktorá osoba (profesia) je najdôveryhodnejšia. Úlohu číslo sedem odporúčame robiť najprv účastníkmi individuálne. Obsahuje otázky na preferenciu, zoradovanie, komu by žiak oznámil šikanovanie. Odpovede nám zároveň naznačujú aj riešenie otázky dôvery v menovaných subjektoch. Je potrebné sledovať, ako sa menia názory odpovedajúcich pod vplyvom programu a diskusií.

8. V závere je text, ktorý by si mali žiaci prečítať a spolu s lektorom rozobrať. Tvrdenie: *Zlo sa presadí, stačí len, aby slušní ľudia mlčali!* by si mali napísať ako heslo do triedy alebo klubu.

METODICKÉ POKYNY K LEKCII Č. 4

Chlapec zo Záhoria

Cieľom tohto zamestnania je, aby si účastníci uvedomili nebezpečnosť drog, alkoholu a prijali predsavzatia urobiť niečo proti užívaniu drog, alkoholu u seba aj iných.

Postup

1. Lektor **motivuje** účastníkov k činnosti v tejto lekcii tak, že poukáže na to, ako alkohol zabíja na cestách, rozvracia rodiny, ničí osobnosť človeka. Nemal by o tom veľa hovoriť, skôr by mali žiaci uvádzať príklady, ktoré poznajú, alebo by sa mali prezentovať prípady z novin. Až potom si účastníci prečítajú prípad chlapca zo Záhoria, ktorý sa skutočne stal v marci roku 2004.

2. Prvá úloha v tejto lekcii má dve otázky. V prvej sa lektor môže opýtať účastníkov, či už boli niekedy opití... Ak je v skupine uvoľnená atmosféra a známy lektor, tak sa žiaci zvyčajne spontánne rozhovoria, najmä keď zbadajú, že im lektor za to nenadáva. Táto otázka môže slúžiť aj na uvoľnenie účastníkov skupiny. Druhá otázka v tejto úlohe požaduje, aby sa účastníci zamysleli, prečo ľudia užívajú alkohol, prečo pijú. Lektor môže použiť dve formy: písanie alebo diskusiu. Druhá úloha si vyžaduje, aby účastníci napísali, kto im ako prvý ponúkol alkohol. Lektor môže rozviesť túto tému tvrdením, že výskumy ukazujú, že najčastejšie sú to rodičia, ktorí prví ponúknu alkohol svojmu dieťaťu.

3. Tretia úloha sa môže realizovať tak, že lektor vyzve žiakov, aby na lístočky anonymne napísali číslo odpovede, s ktorou súhlasia. Potom sa lístky zozbierajú a urobí sa frekvencia odpovedí v skupine, napríklad za a) traja; za b) päť; za c) jeden a za d) ani jeden účastník. Zistenie je podnetom na diskusiu.

4. V texte príručky sa ďalej poskytujú informácie o tom, kto je konzument, pijan, alkoholik. Sú tu informácie o vplyve alkoholu na organizmus človeka a štatistika užívania alkoholu najmä medzi mladými ľuďmi. Lektor môže spolu so žiakmi čítať text, môže žiadať, aby si ho prečítali potichu a potom povedali, ktorá myšlienka či informácia ich najviac zaujala, prekvapila. Nasleduje diskusia.

5. Úloha číslo štyri poskytuje celý rad podnetov na aktivity. Lektor podľa času, podmienok a veku účastníkov môže vybrať, ktoré aktivity zaradiť. Rozhodne by bolo dobre, aby účastníci odpovedali na položenú otázku o znížení vekovej hranice podávania alkoholu mladistvým.

6. V tomto kroku činnosti lektor zadáva domácu úlohu pre účastníkov. Žiaci by sa mali pýtať doma a známych, koľko čo stojí, koľko minú za týždeň, mesiac, rok. Je to prepojené na matematiku. Záver by mal vyznieť v poznaní, že alkohol a cigarety sú veľkými finančnými výdavkami pre človeka i rodinu. V diskusii treba poukázať aj na zdravotnú škodlivosť fajčenia a pitia alkoholu.

7. Šiesta úloha má dve otázky, ktoré sú dosť náročné. Vhodnou metódou by bola práca v skupinách po troch až piatich účastníkov (čas desať – dvadsať minút). Po skončení práce na odpovediach hovorcovia skupín prezentujú pred všetkými názory skupín. Odpovede na tretiu otázku (čo by si urobil, keby si bol jedným z chlapcov na oslave) možno aj inscenovať.

8. V poslednom bode postupu v tejto lekcii sú poučenia, zhrnutia. Lektor môže podľa času a podmienok:

- ⇒ rozviesť uvedené tvrdenia;
- ⇒ žiadať od účastníkov, aby hovorili o svojich skúsenostiach;
- ⇒ žiadať od účastníkov, aby napríklad týždeň sledovali noviny, časopisy, rozhlas, televíziu a uviedli, koľko ľudského utrpenia, prezentovaného v médiách, len za ten čas spôsobil alkohol, drogy.

Lektorovi môže pomôcť aj text a cvičenia na autoreguláciu, ktoré sú uvedené v protidrogovom programe „Ako byť sám sebou“. Je to program pre stredné školy a mali by ho mať v každej strednej škole na Slovensku. Podobne možno čerpať z cvičenia na asertivitu, Ako povedať droge NIE aj z programu CESTA. Lektor by si mal pozrieť aj lekcii „Učíme sa povedať NIE“ a skĺbiť, prepojiť obsah týchto lekcii.

Vhodné je diskutovať s účastníkmi na tému PEVNEJ VÔLE. Pýtať sa ich, čo robia, aby si vypestovali pevnú vôľu, čo sa im osvedčilo a čo nie. A či vôbec niečo robia v tomto smere. Odtiaľ je len krôčik k diskusii o disciplíne, sebadisciplíne, splnení svojich sľubov, predsa-vzatí...

METODICKÉ POKYNY K LEKCII Č. 5

Učíme sa povedať NIE

Cieľ: V tejto lekcii ide o boj proti fajčeniu. Štatistiky ukazujú, že na Slovensku sa zvyšuje počet fajčiarov vo veku 11 – 16 rokov a zvyšuje sa počet dievčat fajčiarok. Cieľom je hľadať možnosti redukcie fajčenia najmä u mladých ľudí.

Postup

1. Nech si účastníci najskôr prečítajú prípad Moniky. V **motivačnom rozhovore** sa lektor opýta na to, aké problémy postrehli v prípade Moniky. Pozornosť možno upriamiť na tieto:

- bez pýtania či dovoľenia sestrin priateľ začal fajčiť v cudzom byte;
- vyvíjal nátlak, aby Monika fajčila;
- začal ju obťažovať...

Aj keď je to úvodná, motivačná aktivita (text prípadu Moniky), už sú tam sformulované dve otázky. Lektor môže žiadať, aby účastníci voľne vyjadrili odpovede, ale zaujímavejšie je, ak napíšu svoje odpovede, reakcie na lístky. Potom sa lístky zozbierajú a urobí sa prehľad, koľko bolo tých-ktorých odpovedí.

2. V druhom kroku postupu si žiaci majú čítať uvedený text. Závisí od lektora, ako sa rozhodne: môže ho nahlas čítať jeden z nich, pričom lektor čítanie zastavuje a k jednotlivým témam sa diskutuje, vedie polemika. Ústredné heslo „Vedieť povedať NIE fajčeniu, droge“ sa môže vyvesiť na stenu, nástenku a zapísať do vlastného denníka.

3. V treťom kroku by lektor mal prebrať všetkých sedem situácií, cvičení, ako povedať NIE. Možno to urobiť iba slovne, ale vhodnejšie je, ak sa situácie inscenujú. Vyberie sa jeden žiak, ktorý niečo chce, a druhý žiak to odmieta. Potom si úlohy vymenia. Obmenou môže byť, že ďalší žiak ich pozoruje a hodnotí reakcie oboch účastníkov. Alternatívou môže byť, že sa vyberie jeden žiak, ktorý vie dobre presvedčať, a núka ostatným, ktorí sa uňho striedajú, cigaretu, alkohol a podobne, a oni majú povedať NIE. Nemusí sa však stále len stroho povedať NIE. Lektor by mal požadovať, aby účastníci vymýšľali rozličné formy a spôsoby odmietnutia. Veľmi významné sú tieto cvičenia najmä pre uzatvorených, introvertných účastníkov, pre žiakov, ktorí sa dajú ľahko presvedčiť, ktorí podliehajú tlaku svojich spolužiakov alebo autorít.

4. Nasledujú psychologické rady, ako povedať NIE, ako odmietnuť nežiaduci tlak. Tie by si mali prečítať účastníci, napísať si ich, prípadne vypísať len tie rady, ktoré sú pre nich aktuálne a pokladajú ich za vhodné pre seba. Najmä časť AKO REAGOVÁŤ, by si mali zapísať všetci účastníci. O spôsoboch odmietnutia je možné diskutovať a lektor by mohol postupovať tak, že požiada, aby:

- ⇒ si všetci prečítali spôsoby odmietnutia;
- ⇒ popremýšľali, ktoré odmietnutia doteraz realizovali v praxi najčastejšie;
- ⇒ si zaznačili tie, ktoré by chceli používať v budúcnosti;
- ⇒ si ich vyskúšali vo dvojiciach.

5. V záverečnom kroku tejto lekcie sa treba znovu vrátiť k nácviku s opravami, korekciami. Najprv si účastníci prečítajú otázky z časti: ako ste reagovali v cvičeniach? Označia, povedia, ktoré chyby najčastejšie robili pri nácviku povedať NIE. Vráti sa k cvičeniam (spomínaných sedem cvičení) alebo si vymyslia nové, vychádzajúce z ich skúseností, a inscenujú ich po novom, lepšie. Môžeme vyzývať žiakov, aby si tieto dialógy vymýšľali, aby do rozhovoru zaradili vlastné myšlienky, požiadavky, spôsoby odmietnutia. Máme skúsenosti, že tieto cvičenia prinášajú aj veľa veselosti. Lektor by mal podporovať invenciu žiakov a ich originálne postupy a vyjadrenia, ale nemal by zabúdať, že základom je naučiť žiakov povedať NIE, odmietat' nežiaduce požiadavky. Napríklad, ak predtým niekto hovoril NIE tichým hlasom, nie veľmi presvedčivo, v tomto opakovanom cvičení ich bude vyslovovať nahlas a rázne. Ak sa napríklad neďíval do očí toho druhého, nech to urobí v opakovanom cvičení. Aj v tomto prípade je vhodné, keď reakcie hodnotí lektor alebo ďalší spolužiak, ktorý reakcie sleduje.

Návrat k Monikinmu prípadu je podnetom na záverečné slová o tom, že asertivita (sebapresadenie) je potrebná sociálna zručnosť, schopnosť, osobitne vo vzťahu k odmietaniu drog, fajčenia, alkoholu. Ľudia, ktorí nedokážu povedať NIE, sa stávajú ľahko manipulovateľnými, strácajú svoju identitu.

Záverečné heslo z tejto lekcie *„Schopnosť povedať NIE je najlepšou prevenciou proti závislostiam od legálnych aj nelegálnych drog“* by sa malo dostať na nástenku a do denníkov účastníkov.

METODICKÉ POKYNY K LEKCII Č. 6

Prípad na žúre

Ciel: Boj proti užívaniu drog. Upevnenie schopnosti a zručnosti povedať NIE v situácii tlaku skupiny (partie).

Postup

Lektor môže uviesť prípad na žúre viacerými spôsobmi.

1. Uvedenie prípadu:

- a) Lektor uvedie situáciu tým, že najčastejšie k zlyhaniu v zmysle užívania drog dochádza medzi kamarátmi, v partii, skupine. Najmä ak sa v tejto partii neužíva len alkohol, ale aj nelegálne drogy. Alkohol pôsobí ako uvoľňovač, „otvárač dverí“ k iným drogám. A **motivačne** oznámi, že by bol rád, keby sa účastníci vžili do situácie Petry, ktorú pozval Maťo na svoje narodeniny.
- b) Lektor začne **motivačný** rozhovor na tému, či účastníci už boli na nejakom žúre, čo slovo „žúr“ znamená v ich slovníku, aké druhy žúrov prežili. Ak účastník ešte nebol na žiadnom žúre, rozhovor by mohol byť o tom, ako si taký žúr účastníci predstavujú, čo sa tam robí, čo tam hrozí, čo je tam dobre, prečo ta ľudia chodia...
- c) Tretí **motivačný** úvod sa môže začať tým, že si žiaci prečítajú prípad na žúre bez zvláštneho upozornenia lektora, o čo ide a čo si majú v príbehu všimnúť.

Lektor si podľa zväzenia situácie môže vybrať ktorýkoľvek úvod alebo vymyslieť iný, napríklad v nadväznosti na skúsenosti a zážitky zúčastnených. Opýta sa účastníkov, čo všetko je v tomto prípade problémom (alkohol, fajčenie, marihuana, ale často sa zabúda na rušenie pokoja).

2. V druhom kroku postupu riešia účastníci úlohy uvedené v príručke. V prvej úlohe majú reagovať písomne alebo v rozhovore, čo by urobili na mieste Petry. Lektor by mal vyvolať čo najotvorenejšiu a slobodnú komunikáciu, aby sa účastníci nebáli povedať svoje skutočné reakcie.

V druhej úlohe tohto kroku ide o inscenačnú metódu (môže byť modifikovaná na dramatickú metódu). Lektor požiadá niektorého účastníka, aby predviedol, ako odmieta cigaretu, alkohol a drogu. Obmenou môže byť úprava, v ktorej sa vytvorí tri dvojice. V prvej jeden ponúka druhému cigaretu, v druhej alkohol a v tretej dvojici sa ponúka marihuana. Úlohy sa potom môžu vymeniť. Ostatní účastníci sledujú konanie „hercov“ a hodnotia, kto najlepšie odmietol drogu.

V tretej úlohe tohto kroku majú žiaci zaškrtnúť alebo odpovedať, či volia odpoveď áno, alebo nie. Môže sa urobiť štatistika za skupinu. Ak chce lektor rozšíriť aktivitu, môže zadať účastníkom, aby urobili prieskum v triede, v škole, na verejnosti, ako je to s fajčením dievčat a chlapcov, a rozšíriť problém napríklad o užívanie alkoholu, vek, v ktorom mladí ľudia skúšajú prvú cigaretu, prvý pohárik alkoholu, prvú drogu.

Štvrtá úloha v tomto kroku je skúškou vedomostí. Správna odpoveď znie, že legálnou drogou je fajčenie (nikotín), káva (kofeín) a alkohol, nelegálnou je marihuana. Možno sa

účastníkov opýtať, či poznajú krajiny, kde marihuana je legálne užívanou drogou (napríklad v Holandsku).

V piatej úlohe sa pýtame, či sa podľa účastníkov porušil zákon na tejto oslave. Diskusiu možno viesť k záveru, že zákon sa porušil niekoľko ráz: užívanie alkoholu mladistvými a ich fajčenie, užívanie alebo aj ponuka drogy a rušenie domového poriadku. Dôležité je usmeriť túto aktivitu na diskusiu o úlohe a možnostiach polície v takýchto prípadoch. Konkrétnym výstupom aktivity je zistenie a zapísanie si telefónneho čísla (adresy), kde možno takéto porušenie zákona oznámiť.

3. V treťom kroku postupu sa vysvetľuje, čo je droga. Lektor môže vyvodzovať závery o poznaní drog a ich škodlivých účinkoch, ako aj o závislostiach metódou rozhovoru, otázok a odpovedí zúčastnených, alebo môže použiť výklad, objasňovanie (klarifikácia). Ako odstrašujúce príklady, fakty (exemplifikácia) môže použiť čísla štatistik, ktoré uvádzame v príručke, alebo aktuálne z médií a iných prameňov.

Dôležité je vysvetliť, čo je závislosť (pozri text v príručke).

Je potrebné oboznámiť účastníkov aj s negatívnymi dôsledkami užívania heroínu, extázy, kokaínu, marihuany.

4. V štvrtom a záverečnom kroku tejto lekcie sa znovu vrátíme k cvičeniam, úlohám. V šiestej úlohe žiadame účastníkov o odpovede – ide o vedomostnú skúšku. Siedma úloha si vyžiada polemiku, t. j. uvedenie argumentov za a proti legalizácii marihuany. Ôsma úloha je podnetom na rozprávanie účastníkov o tom, čo všetko počuli, skúsili a vedia o drogách, ich pôvode, rozširovaní, účinkoch a podobne. Je to uvoľňujúca záverečná beseda na tému drog.

Deviata úloha je vysoko osobná. Najlepšou metódou je, ak si každý žiak, účastník sám pre seba sformuluje odpovede a lektor by mal žiadať ich zverejnenie len vtedy, keď s tým účastník súhlasí. V opačnom prípade je to len pre neho alebo, pokiaľ súhlasí, mohol by to poznať aj lektor.

Desiata úloha má anketový charakter. Stačilo by, aby žiaci zaškrtili jednu z možností, ale treba im dať možnosť zaškrtnúť aj viaceré možnosti. V zozname chýba alternatíva, že by neurobil nič, neohlásil by to nikomu. Lektor môže upozorniť, že takúto odpoveď môže účastník dopísať na voľné miesto. Vhodné je, keď na záver tejto aktivity, úlohy číslo desať, sa urobí prehľad odpovedí za celú skupinu, aby ostatní videli a poznali, aké je zmyšľanie ich spolužiakov na túto tému. Aj v tomto prípade možno požiadať účastníkov, aby urobili širší prieskum názorov na túto otázku vo svojom okolí.

V jedenástej úlohe sa nachádza deväť tém na seminárne, projektové práce, na odpovede respondentov. Možno to využiť ako:

- a) individuálny test;
- b) test v skupine;
- c) prieskum v triede, škole, komunite.

Zvláštna je deviata otázka v tejto úlohe, kde si má odpovedajúci predstaviť seba ako opitého. Ide o úlohu na rozvoj tvorivosti. Požadujeme fluenciu, flexibilitu a originalitu, či už v slovnom (písomnom), alebo kreslenom vyjadrení.

Dvanásta úloha by mohla byť formulovaná ako samostatná lekcia. Lektor by ju mohol uviesť tak, že základom sebaovládania a boja proti závislostiam je disciplína. Sebavýchova k disciplíne sa začína dodržiavaním denného režimu, poriadku, zásad a pravidiel, ktoré si dal človek sám alebo ich musí dodržiavať vzhľadom na všeobecný poriadok a slušnosť. Dvanásta úloha je vlastne testom, ako mladý človek dokáže dodržiavať denný režim, čo mu zaberá najviac času, či je účelné robiť niektoré činnosti.... Treba sa pýtať, či mladý človek má svoj režim dňa, či ho dodržiava, prečo ho nedodržiava. V rozhovore možno pokračovať na tému, čo je pre život dôležité, čo je menej dôležité. A napokon, čo je cieľom života každého účastníka práce skupiny...

Treba logicky nadviazať na všetky tieto úlohy a prísť k záveru, vyjadrenému v záverečnom slogane tejto lekcie v príručke, ako bojovať proti závislostiam akéhokoľvek škodlivého druhu. Odporúčame, aby si účastníci toto odporúčanie zapísali do svojich denníkov, prípadne vyvesili v triede, klube.

METODICKÉ POKYNY K LEKCII Č. 7

Prípad z vlaku

Cieľ: Nasledujúce tri lekcie sa obsahovo sústreďujú na rasizmus, kriminalitu, násilie. Pôjde v nich o pochopenie prejavov rasizmu, intolerancie a demonštráciu primeraného správania v konfliktných situáciách. Cieľom je aj analyzovať postoje zúčastnených, aby dospeli k sebareflexii, uvedomeniu si, že v každom z nás môžu byť rasistické predsudky.

Postup

1. V prvom rade si účastníci majú prečítať príbeh Žanety vo vlaku. **Motivačný** rozhovor sa začína prvou úlohou: Koľko priestupkov urobil chlap, ktorý bol v kupé vlaku? Prítomní by nemali čítať dopredu – mali by sa pokúsiť identifikovať, koľko priestupkov proti slušnosti chlap urobil. Až v piatej úlohe je potom výpočet priestupkov, ktoré chlap urobil, a s týmto výpočtom si žiaci môžu porovnať svoje postrehy.

2. Druhá úloha si vyžaduje, aby každý z prítomných buď napísal, alebo povedal, čo by urobil na mieste Žanety. Chlapci by sa mali vžiť do psychiky Žanety.

Tretia úloha je o niečo náročnejšia – v nej sa má každý z účastníkov vyjadriť k tomu, čo by urobil na mieste staršieho muža alebo na mieste staršej babky, ktorí boli v kupé vlaku. Máme skúsenosti, že žiaci hovoria o rozličných podmienkach, napríklad „závisí od toho, aký je to silný chlap“, a podobne. Diskusiu pripúšťame a analyzujeme reakcie, najmä strach a obavy zo vstupu do diania v kupé, a vyzdvihujeme odvahu a riziko niečo urobiť.

Štvrtá úloha požaduje zoradiť urobené priestupky podľa vnímania ich subjektívnej závažnosti – sú tam štyri možnosti. Pod písmenom e) sa otázka rozdiskutuje. Najprv poradie napíše každý za seba, potom sa ohlási poradie, urobia sa priemery a celoskupinové poradie. Možno vyrátať, kto sa najviac priblížil skupinovej „norme“ a kto najmenej. Robí sa to tak, že sa ráta odchýlka môjho poradia od skupinového, plus a mínus a rozdiely sa zrátajú. Čím vyššie číslo, tým som vzdialenejší od skupinového poradia, keď je nula rozdielných bodov, moje poradie je presne také, ako poradie skupiny.

V úlohe číslo päť by bolo najlepšie pozvať si niekoho zo Železničnej polície na besedu, prípadne zistiť jej práva a povinnosti (mailom, poštou, telefonicky). Účastníci pracujú na odpovediach v úlohe číslo päť. Odporúčame doplniť úlohu, ak žiaci majú so sebou mobil, ako by zistili telefónne číslo Železničnej polície...

3. Tretím krokom v postupe realizácie lekcie číslo sedem je práca na poznaní pojmov „rasizmus“, „tolerancia“, „xenofóbia“, „diskriminácia“, „antisemitizmus“ a „predsudky“. Účastníci najprv vyplnia tento test a až potom lektor vysvetlí uvedené pojmy. Test si účastníci môžu vyhodnotiť sami, a to tak, že za presnú správnu odpoveď si dajú dva body, za približnú správnu jeden bod a za nesprávnu alebo chýbajúcu nula bodov. Tak potom dostanú dvanásť bodov za úplne správne riešenia, šesť bodov za správne riešenia a za zlé alebo chýbajúce definície maximálne nula bodov.

4. Ďalší krok v postupe práce na lekcii číslo sedem zahŕňa realizáciu úlohy číslo sedem a osem. V siedmej úlohe majú žiaci určiť kamarátov rozličných národností podľa začatej

typickej činnosti. Lektor môže urobiť súťaž medzi žiakmi v tom zmysle, že vyhráva ten, kto uhádne všetkých dvanásť. Riešenia sú v nasledujúcom texte, ktorý by žiaci vopred nemali poznať. V ôsmej úlohe lektor vedie žiakov k diskusii o tom, či sa už vo svojom živote stretli s prejavmi, o ktorých sa hovorilo, alebo vedia o nejakých príkladoch z histórie a súčasnosti z tlače, médií.

5. Na záver tejto lekcie sme uviedli zoznam výrokov, situácií, v ktorých sa prejavuje rasizmus, intolerancia... Účastníci by mali premýšľať nad týmito výroky a lektor by mohol podnecovať účastníkov, aby diskutovali o jednotlivých príbehoch, situáciách. Celú aktivitu možno modifikovať do samostatnej veľkej lekcie, kde predmetom bude:

- a) prezentácia všetkých deviatich situácií;
- b) ich analýza;
- c) závery, čo by bolo v daných prípadoch vhodné robiť, čo by čitateľ urobil a čo by navrhoval robiť v širších súvislostiach, napríklad, čo by sa v tejto súvislosti malo robiť v školách, v médiách, v politike, doma.

Záver siedmej lekcie by mal vyznieť v poznání, ktoré je v príručke hrubo vytlačené ako základné poučenia, princípy. Ide o uvedomenie si ľudských práv v súvislosti s rasizmom, intoleranciou, xenofóbiou, antisemitizmom. Vhodné by bolo, keby si spomínané slogany žiaci zapísali do svojich denníkov, ako aj to, aby boli vyvesené v triede alebo v klube. Táto téma ponúka aj príležitosť hlbšie hovoriť o ľudských právach, o právach dieťaťa, a tak prepojiť tieto aktivity, cvičenia s učebnou látkou, najmä v predmetoch dejepis, etická výchova, ale aj v ostatných predmetoch, kde sa dá nadviazať na tému porušovania práv detí a ľudských práv.

METODICKÉ POKYNY K LEKCII Č. 8

Test rasizmu

Cieľ: Cieľom tejto lekcie je sebaopoznanie, poznanie svojich postojov a názorov spojených s rasizmom. Predpokladáme, že samotné poznanie rozličných foriem a prejavov rasizmu bude viesť k premýšľaniu účastníkov o svojich vzťahoch s druhými ľuďmi. Výsledkom môže byť zmena vzťahu k iným rasám, národnostiam, k ľuďom iného vierovyznania. Vzdialenejším cieľom je zlepšenie medziľudských vzťahov.

Postup

1. Prvým krokom je prečítanie správy z novin, uvedenej v úvode lekcie, niektorým žiakom alebo lektorom. Tento odsek má pôsobiť **motivačne**. Vybrali sme správu so „silným“ a viacstranným nábojom rasistických postojov a násilného správania. Je to teda kombinácia boja proti rasizmu s bojom proti kriminalite mladých ľudí. Lektor môže pokračovať rozhovorom o úlohe číslo tri z tejto lekcie, kde sa žiada, aby žiaci uvádzali podobné príklady z vlastného života alebo tie, ktoré poznajú z masmédií. Lektorovi odporúčame, aby sa už tu pokúsil povedať, že formy a prejavy rasizmu sú rozličné – mohol by sa dotknúť problému antisemitizmu, lebo je na to podnet v úvodnom texte. Máme skúsenosti, že mnohí mladí ľudia sú proti rasistickým názorom a prejavom, ale neuvedomujú si, že iným spôsobom možno prejavujú rasistické postoje aj oni. Vhodné je vrátiť sa k definíciám, vymedzeniam základných pojmov, ktoré sa prebrali v minulej lekcii.

2. Druhý krok obsahuje riešenie niekoľkých úloh. V úlohe číslo jeden majú žiaci informovať, ako by začali vyšetrovanie tohto prípadu. V druhej úlohe ide o priame výpovede o postojoch žiakov k rasizmu a tomuto prípadu. Odpovede možno porovnať v rámci skupiny a diskutovať o nich. Štvrtá úloha je zameraná na rozvíjanie tvorivosti, v tomto prípade verbálnej tvorivosti a figurálnej tvorivosti. Lektor môže dať účastníkom na výber, či chcú napísať krátku správu do novin o podobnom príbehu, ako bol uvedený v úvode, alebo chcú tento, alebo iný príbeh nakresliť. Ak má lektor dostatok času a vhodných účastníkov, môže od nich žiadať, aby určitý čas, napríklad dva týždne, zbierali a vystrihovali podobné príbehy z novin a časopisov. Aby po ich zozbieraní o nich diskutovali, a najmä hľadali príčiny, prečo ľudia robia takéto veci. S tým súvisí aj úloha číslo päť – tá je veľmi dôležitá. Hovorí o motívácii, príčinách takéhoto násilného správania. Lektor môže v tejto súvislosti objasniť pojmy „asociálne správanie“, keď ide o porušovanie sociálnych, spoločenských noriem, a „disociálne správanie“, keď ide o neprispôsobivé správanie. Človek, ktorý porušuje normy spoločenského správania, je potom asociál alebo disociál. Na rozvoj hodnotiaceho myslenia možno účastníkov požiadať, aby sa vyjadrili k tomu, ktorý pojem sa im lepšie pozdáva na používanie. Možno k tomu pridať agresívne správanie, nevhodné správanie a podobne. V tomto druhom kroku možno prebrať aj úlohu číslo šesť, ktorá je obsahovo dosť náročná a vyžaduje si sústredenost' účastníkov. Z metód možno použiť besedu, polemiku alebo skupinové riešenie otázok. Pri použití polemiky je vhodné niektorých účastníkov postaviť do roly oponentov väčšinovému názoru, aby sa vyvolala hádka. Je to obdoba metódy „žalujem – obhajujem – súdim“, ktorá je opísaná v knihe *Stratégie a metódy rozvoja osobnosti dieťaťa* (M. Zelina, IRIS, Bratislava 1996).

3. V treťom kroku vstupuje lektor do diania, a to svojím výkladom, vysvetľovaním alebo diskusiou na tému „diskriminácia“. Je vhodné, keď sa myšlienky uvedené v príručke preberú čo najdôslednejšie aj so zápisom najzávažnejších myšlienok na tabuľu, prípadne do zošitov, na háčky papiera. Hneď na to nadväzuje úloha číslo sedem. Vlastne je to úloha na vtiahnutie účastníkov do besedy na túto tému. Háklivou otázkou, ktorú sme nedali do úloh, je, aby žiak napísal o svojich prejavoch diskriminácie alebo o nich hovoril. Je potrebné prebrať otázku *pozitívnej diskriminácie*, t. j. situácie, keď odlišujeme, vyčleňujeme (exklúzia, opakom je inklúzia) niektorých ľudí, skupiny ľudí, aby sme im vedome pomáhali, napríklad chudobným ľuďom, postihnutým a podobne, ktorým aj zo štátneho rozpočtu dáva spoločnosť viac finančných a materiálnych prostriedkov. *Negatívna diskriminácia* je, keď odsudzujeme alebo vyčleňujeme niektorých ľudí, alebo skupinu ľudí pre ich rasový, náboženský pôvod a iné príčiny, pričom si to nezaslúžia. Nie je to celospoločensky uznaná diskriminácia. Správne by o pozitívnej diskriminácii mala byť verejná diskusia a odsúhlasíť by ju mal parlament, miestne zastupiteľstvo, teda rozhodujúce (decizné) orgány správy štátu alebo samosprávy.

V ôsmej úlohe sa pokračuje v práci na skúmaní a poznaní motivácie konania ľudí, ktorí prejavujú negatívne diskriminačné postoje a správanie. Lektor môže postupovať tak, že najprv sa prečítajú motívy, ktoré žiaci napísali v úlohe číslo päť, a urobí sa ich inventár. Potom sa diskutuje o úlohe číslo osem. Možno postupovať tak, že žiaci, účastníci zoradia príčiny od tej, o ktorej si myslia, že najčastejšie a najsilnejšie pôsobi, až po tie, o ktorých si myslia, že málo alebo vôbec nezohrávajú úlohu v rasistickom, diskriminačnom správaní. Možno vyzvať účastníkov, aby uskutočnili prieskum na širšej vzorke ľudí.

Deviata úloha je zameraná na poznanie, vedomosti žiakov. Obsahuje niekoľko otázok. Prvou je vyjadrenie, čo znamenajú hákové kríže (symbol fašizmu). Symbolom židovstva je šesťcípá (šesťramenná) hviezda. Poslednou otázkou deviatej úlohy je: Čo by odpovedajúci urobil s chlapcami, ktorí spáchali trestný čin opísaný v príbehu na začiatku lekcie. Lektor môže postupovať tak, že vyzve účastníkov, aby sa vžili do úlohy sudcu alebo porotcu a rozhodli o výške trestu. Môžu to riešiť žiaci individuálne alebo skupinovo. Možno im oznámiť sadzbu, napríklad odsúdenie v rozpätí dvoch až piatich rokov. Možno o probléme diskutovať s policajtmi, sudcami.

4. Súčasťou štvrtého kroku postupu v tejto lekcii je test rasizmu, presnejšie, test rasistických postojov. Je zvykom najskôr sa pýtať účastníkov, či súhlasia s tým, že budú odpovedať na taký test. Motivačne to treba uviesť tak, že nejde o vyvodzovanie osobných či politických a iných záverov, ale skôr o sebaopoznanie, aké má človek postoje k určitým ľuďom či skupinám ľudí. Motivovať ich môžeme tak, že sa nemusia podpísať. To využijeme aj na to, aby na otázky odpovedali čo najúprimnejšie, otvorene, bez obáv. Účastníci by mali vyplňovať test každý samostatne. Inštrukcia je uvedená v úvode testu. Test možno rozmnožiť aj ako samostatné tlačivo. Účastníci by nemali dopredu poznať riešenia a interpretáciu, ktorá je na konci testu (vyhodnotenie). Na prvých sedem otázok môžu žiaci písať svoje odpovede len na papier, ktorý sa potom zozbiera a za skupinu sa urobí priemer bodov. Žiak si môže porovnať, či má rasistickejšie, alebo menej rasistické postoje ako jeho spoluúčastníci. Vyhodnocuje sa kvantitatívne len prvých sedem otázok.

V ôsmej otázke možno postupovať tak, že keď niekomu prekáža všetkých deväť situácií, možno povedať, že je netolerantný. Keď prekážajú len tri situácie (5, 6 a 9), možno povedať, že je tolerantný. Keď mu neprekáža nič, možno povedať, že je až prehnane tolerantný.

V deviatej otázke možno požiadať odpovedajúcich, aby zakrúžkovali viac odpovedí. Počet zakrúžkovaných odpovedí (okrem písmena g) vyjadruje mieru tendencie pomáhať ľuďom, robiť charitatívnu činnosť, prejavovať altruizmus. Keď odpovedajúci zakrúžkuje len písmeno g), možno povedať, že ide o nealtruistického človeka (altruista = ľudomilný človek).

Desiata otázka skúma úprimnosť odpovedí: ten, kto vyhodnocuje test, dostáva informáciu o miere pravdivosti odpovedí. Jedenásta otázka vyjadruje mieru altruizmu k tým, čo sú zlí k iným ľuďom.

V závere je vhodné diskutovať o tom, ako je každý účastník spokojný so svojimi postojmi, ktoré chce zmeniť a čo preto urobí.

METODICKÉ POKYNY K LEKCII Č. 9

Prípad transplantácie srdca

Cieľ: Boj proti predsudkom, rasizmu, antisemitizmu, diskriminácii, intolerancii – ujasnenie si svojich preferovaných hodnôt v porovnaní s inými. Vyvodenie záverov pre kognitívnu, emocionálnu a konatívnu stránku osobnosti, odpovedajúceho a pre skupinu.

Postup

Táto lekcija má tri základné časti. V prvej je „hra“ o transplantácii srdca (hra známa v inej alternatíve od E. Bakalára) prispôbená na skúmanie vzťahov k ľuďom s asociálnymi prejavmi. V druhej sú úlohy, ktoré má žiak riešiť. V tretej sú vývody, poučenia a záväzky pre prax správania sa k druhým ľuďom. **Motivujúcou** skutočnosťou je úvod do hry a samotná hra. Máme skúsenosti, že zaujme aj žiakov, ktorí nerobia s nadšením podobné úlohy.

1. Obsahom prvého kroku je práca na „hre“ o transplantácii srdca. Metodický postup je opísaný v príručke, tu len zdôrazníme, že je potrebné venovať tejto „hre“ dostatok času. Nech si účastníci pokojne prečítajú príbeh, charakteristiky účinkujúcich, nech ich zväžia, mladší žiaci si môžu vypísať mená a ich charakteristiky, nech o nich premýšľajú a až potom nech urobia svoje poradie. Má to byť poradie dobre zvažované. „Hra“ by nemala byť anonymná, ale dá sa realizovať aj ako anonymná verzia, prípadne u tých istých subjektov raz ako anonymná a potom s podpisom. Nemali by sme v tomto kroku dovoliť, aby sa účastníci medzi sebou rozprávali. Možno zvoliť alternatívu, že riešenia hľadajú skupiny troch žiakov, ktoré svoje riešenie prezentujú ostatným skupinkám.

2. Druhý krok obsahuje vyhodnotenie opísané v príručke. Spresníme len to, že individuálne odchýlky od skupinového riešenia vyrátame podľa tohto vzoru:

<i>Skupinové poradie:</i>	<i>Moje poradie</i>	<i>Rozdiely:</i>
1. Jolana	1. Albert	1
2. Albert	2. Natália	2
3. Emil	3. Lucia	3
4. Natália	4. Jolana	3
5. Marcel	5. Marcel	0
6. Lucia	6. Vlasta	1
7. Vlasta	7. Thiu Van	1
8. Thiu Van	8. Emil	5
		<i>Spolu: 16</i>

Môj rozdiel oproti skupinovému riešeniu je 16 bodov. Lektor môže zvýšiť príťažlivosť hry tým, že povie, že ide o súťaž, v ktorej vyhráva ten, kto bude mať najmenší rozdiel od skupinového riešenia. Po skončení vyhodnotenia necháme žiakom chvíľu na premýšľanie, prečo a v čom nastali najväčšie rozdiely. Možno nechať aj čas na voľnú debatu medzi účastníkmi, napríklad v dvojiciach, trojiciach, aby si vyjasňovali svoje stanoviská, poradia.

3. Tretí krok sa začína informáciami, textom o hodnotách a ich preferenciách, ktorý je uvedený v príručke. Lektor môže rozšíriť tento rozhovor o teóriu hodnotových orientácií mladých ľudí, dospelých, napríklad na typy: ekonomické, teoretické, umelecké, náboženské, medziľudské a podobne, a spýtať sa žiakov, k čomu majú väčší sklon. Potom pristupujeme k prvej úlohe – necháme žiakov písať, čo ich prekvapilo na hodnoteniach iných ľudí v prípade transplantácie srdca, a potom ich požiadame, aby to prezentovali pred skupinou. Úloha číslo dva v tejto lekcii je veľmi rozsiahla: obsahuje štyri roly, vžitie sa do štyroch ľudí, ktorí by mali riešiť prípady ôsmich ľudí opísaných ako prijímateľov srdca v hre o transplantácii srdca. Úloha číslo tri je rovnaká ako úloha číslo dva, len v nej na základe predchádzajúcej činnosti má odpovedajúci napísať svoje riešenie uvedených prípadov. Štvrtá úloha je takisto rozsiahla a náročná. Žiaci v nej majú opísať príčiny správania uvedených ľudí. Možno postupovať tak, že každý žiak sám napíše, čo si myslí o týchto príčinách. Možno postupovať aj tak, že skupinka troch účastníkov po vzájomnej diskusii napíše príčiny zlyhávania spomínaných ľudí, alebo je možná aj diskusia. Príčiny sa potom zapíšu na papier alebo tabuľu, do počítača, na data projektor a premietnu sa, aby účastníci videli vyprodukovaný zoznam príčin. Potom sa urobí poradie podľa najčastejšie uvádzaných príčin. Máme skúsenosti, že odpovedajúci neuvedú väčší počet ako 5 – 6 príčin takéhoto asociálneho správania ľudí. Cieľom tejto aktivity je identifikovať tie odpovede a odpovedajúcich, ktorí za príčinu zlyhania týchto ľudí dajú ich rasový pôvod. Je to podnet na diskusiu a záver v zmysle záverečného poučenia, sloganu tejto lekcie.

4. V štvrtom záverečnom kroku lektor zhrnie povedané pomocou sloganu, ktorý je uvedený v príručke. Po napísaní tohto poučenia na tabuľu, papier a do denníka účastníkov môže viesť diskusiu ešte o tom, čo sa má a čo nemá tolerovať. Výsledkom by malo byť určenie pravidiel, ako posudzovať a vytvoriť si adekvátnu hranicu medzi tolerovateľnými a netolerovateľnými skutkami, javmi.

METODICKÉ POKYNY K LEKCII Č. 10

Pomáhajme polícii

Cieľ: Predmetom tejto lekcie je analýza kriminálneho správania ľudí. Cieľom je poukázať najmä na príčiny takého správania a na to, ako robiť prevenciu kriminálneho správania, ako predchádzať výskytu násilného správania v našom okolí, ako vo všeobecnosti. Cieľom je aj to, aby si účastníci aktivít uvedomili nevyhnutnosť spolupráce s políciou a zároveň urobili konkrétne kroky na iniciovanie tejto spolupráce.

Postup

1. V prvom kroku si účastníci prečítajú úvodný, **motivačný** skutočný príbeh prevzatý z novin. Kľúčovým bodom je, že okoloidúci chlapci, žiaci základnej školy, si všimli typ auta a jeho štátnu poznávaciu značku a mali odvahu pohotovo nahlásiť mobilom tieto údaje polícii. Aj keď nejde o úlohu explicitne uvedenú v príručke, už tu je možné opýtať sa účastníkov, či by na mieste tých dvoch chlapcov urobili to isté, alebo by incident políciou neoznámili. Lektor môže vyzvať účastníkov, aby odhadli, koľko ich spolužiakov a známych by takýto incident nahlásilo na polícii, koľko nie. Diskusia sa môže predĺžiť o to, prečo asi sa ľudia boja nahlásiť priestupky na polícii.

2. V druhom kroku sa požaduje práca na uvedených úlohách. V prvej sa účastníci vyjadrujú k aktivite, ktorá sa uskutočnila v Nitre. Riešenie tejto úlohy môže vyústiť až tak, že účastníci sa pokúsia navrhnúť miestnej polícii podobné aktivity zamerané na predchádzanie asociálneho správania. V druhej úlohe sú tri otázky. Ak nepoznáme telefónne číslo polície, hneď by sa malo zatelefonovať na informácie, potom na polícii a zistiť možnosti kontaktu, najmä ohlásenie trestnej činnosti, ale napríklad aj prípadu, keď niekto fajčí na zakázanom mieste... Druhá a tretia otázka v tejto úlohe je zameraná na všímavosť a tvorivosť. Lektorovi umožňuje rozvinúť rozhovor o tom, ako vyzerajú policajti, napríklad, či majú viditeľne umiestnené osobné čísla alebo svoje mená. Ďalej je potrebné nakresliť policajta alebo niečo z jeho výstroja. Máme skúsenosti, že žiaci najčastejšie kreslia pištoľ, psa, auto. Rozhovor možno usmerniť na tému výstroja policajtov a porovnávať výstroj našich policajtov s výstrojom „supermanov“ z televíznych seriálov. Úlohou číslo tri je zisťovanie vedomostí a poznatkov účastníkov o polícii. Ak by informácie o práci policajtov boli chabé, je možné využiť aktivity v úlohe číslo štyri na konkrétne kroky – pozvať policajta na besedu, aby objasnil spomínané druhy polície a ich činnosti. Úloha číslo štyri by mala viesť k prevahe odpovedí účastníkov v tom zmysle, že je potrebné viac pochôdzkarov a že súhlasia s tým, aby aspoň dvakrát do roka prišiel policajt na besedu do školy. Bolo by lepšie, keby žiaci odpovedali, že „školského policajta“ nepotrebujú; pokiaľ uvedú, že ho potrebujú, je vhodné rozviesť rozhovor na tému, načo je potrebný. V štáte Connecticut v USA je na 700 žiakov jeden policajt. V odpovedi na štvrtú otázku úlohy číslo štyri zvyčajne dostávame odpovede áno – rozhodne áno. Pokiaľ niekto odpovie NIE, je vhodné vyzvať ho, aby povedal svoje argumenty pre túto odpoveď.

3. Tretím krokom v úvodnej informácii sa mení obsah na tému „odvahy oznámenia“ priestupkov a trestných činov na polícii. Úloha číslo päť by mala viesť k diskusii, čo urobiť, aby ľudia mali odvahu nahlásiť zlé správanie na polícii. Hľadať aj inú motiváciu okrem zaplatenia za oznámenie. V šiestej úlohe sa spytujeme, či bol žiak na prezentácii policajtov. V menších mestách a na dedinách takáto možnosť nie je, preto možno túto úlohu vynechať alebo si pohovoriť o tom, či by žiaci chceli vidieť prezentáciu policajnej práce. Úloha číslo sedem v tejto lekcii je veľmi konkrétna. Otázky, či by sa chcel žiak stať pomocníkom polície, alebo by chcel byť policajtom, treba preberať osobitne. Aj v jednom, aj druhom prípade možno úlohu prezentovať tak, aby žiaci jemnejšie rozlišovali svoj príklon k polícii, napríklad na škále: veľmi rád – rád – skôr rád – skôr nerád – nerád – rozhodne by som nechcel byť policajtom (pomocníkom polície). Ôsma úloha podporuje tvorivosť: žiaci môžu ilustrovať uvedený vtíp, ale ak nechcú kresliť, nech napíšu báseň na tému tunel alebo reportáž do novin o podobnom príbehu.

4. Štvrtý krok žiada skúmanie, hľadanie priestupkov v prostredí každého účastníka. Lektor môže túto úlohu využiť na to, že na každú z otázok napíše každý žiak svoje postrehy. Je vhodné, keď účastníci sami dodajú ďalšie oblasti, kde sa často pácha zlo, napríklad, čo sa deje v parkoch, čo sa deje na diskotékach, čo zlé sa deje v škole. Lektor, ak to sám vie, môže žiadať žiakov, aby rozdelili priestupky napríklad do troch kategórií:

- a) porušenie zásad slušného správania;
- b) priestupok proti princípom a normám správania, vyhláškam, zákonom;
- c) trestný čin.

V závere by lektor mal usmerňovať aktivity tak, aby si účastníci zapísali záverečné poučenie, slogan, do svojich denníkov a zároveň poznali číslo nielen tiesňového volania na políciu, ale aj číslo, kde môžu oznámiť priestupok alebo trestný čin, mali by vedieť, kde je najbližšia policajná stanica, a mali by nadobudnúť presvedčenie, že boj so zlom sa začína u každého z nás.

METODICKÉ POKYNY K LEKCII Č. 11

Príbeh Kamily

Cieľom tohto zamestnania je prebrať možné asociálne správanie žiakov v škole a navrhovať, čo môže každý z nás urobiť, aby bolo čo najmenej zla okolo nás. Cieľom je aj to, aby každý účastník bol všímavejší k tomu, čo sa robí okolo neho, a aby mal viac vedomostí, ako predchádzať násiliu a zlu, ako s nimi bojovať. Lekcia sa zaoberá porušením školského poriadku, neslušným správaním žiakov v škole, čo je podľa nás začiatkom rozsiahlejšieho a horšieho správania v neskoršom veku. Preto je lekcia zameraná na prevenciu začiatkov neslušného správania v škole, doma.

Postup

1. V prvom kroku postupu si žiaci prečítajú príbeh Kamily. Lektor požiada účastníkov, aby vypísali všetky priestupky proti slušnému správaniu, ktoré sa v príbehu vyskytovali.

2. V druhom kroku lektor urobí motivačný rozhovor, v ktorom sa sústreďí na objasnenie týchto pojmov:

- a) problémy v správaní;
- b) poruchy správania;
- c) drzé, neslušné správanie;
- d) nedisciplinovanosť;
- e) vulgárnosť;
- f) vandalizmus;
- g) kriminálne správanie.

Na záver sa vrátia účastníci k tomu, čo všetko bolo porušené v príbehu Kamily. Naučia sa rozlišovať medzi rozličnými druhmi neslušného správania. Lektor môže požiadať účastníkov, aby uvádzali príklady na jednotlivé druhy správania a porušovania noriem a zákonov.

3. V treťom kroku jedenástej lekcii sa riešia úlohy, ktoré sú uvedené v príručke. Na prvú úlohu by sme mali dať žiakom dostatok času, aby vymenovali čo najviac porušení školského poriadku, noriem slušného správania či zákonov. Druhá úloha je pokračovaním prvej, ale v tomto prípade sú „kotvené“ niektoré najčastejšie problémy správania žiakov v škole. Úlohou odpovedajúcich je označiť tri položky, ktoré konkrétnej osobe najviac prekážajú. Túto aktivitu by mal robiť každý žiak sám. Obmenou môže byť úloha, aby žiak vyznačil, čo robí zle on sám a čo robia iní. Nie je vhodná skupinová práca. Znova upozorňujeme lektorov, aby týmto aktivitám venovali čo najdlhší čas.

Úloha číslo tri je veľmi závažná a rozsiahla.

- a) Lektor by sa mal v prvom rade opýtať žiakov, či poznajú školský poriadok.
- b) Ak nie, požiadať ich, aby si ho zohnali a prečítali.
- c) Ak áno, treba ho nahlas prečítať na tomto zamestnaní a navrhovať prípadné zlepšenia školského poriadku, napríklad pomocou metódy brainstormingu.

- d) Sú v školskom poriadku uvedené aj prípadné tresty za nevhodné správanie? Sú uvedené aj prípadné odmeny za dobré, vzorové správanie? Mali by byť uvedené?
- e) Ak nie sú uvedené možné tresty a odmeny, je vhodné diskutovať so žiakmi, či by mali byť vypracované a zverejnené odmeny a tresty.

V štvrtej úlohe sa opäť vraciame k prebraným možnostiam oznámenia porušenia noriem správania spolužiakmi. Oproti predchádzajúcim odpovediam na podobné otázky očakávame určitý posun smerom k väčšej smelosti a ochote oznámiť takéto nevhodné správanie nielen učiteľom, ale aj psychológom, koordinátorom prevencie, výchovným poradcom a v prípade väčšieho porušenia disciplíny a zákonov aj polícii.

4. V tomto kroku postupu obraciame znova pozornosť na spoluprácu s políciou, ale zameriavame sa najmä na práva a povinnosti občanov, na práva dieťaťa. Dobré je, keď lektor zoženie zoznamy práv človeka a práv dieťaťa a vyvesí ich v triede, klube. Tieto aktivity nadväzujú na učivo, ktoré sa preberá v etickej výchove, prípadne v iných predmetoch, kde sa hovorí o ľudských právach.

Úloha číslo päť sa zameriava skôr na tvorivosť, zábavu, ale aj postreh. Policajt zastaví dvoch opitých Írov. Tretí nemusí byť opitý. Účastníci práce na tejto úlohe majú vymyslieť vtipnú odpoveď tretieho Íra, či už je triezvy, alebo nie.

Úloha číslo šesť je veľmi dôležitá. Jej riešenie je vlastne diskusiou o probléme disciplíny v škole. Môže sa rozšíriť o disciplínu doma, na ulici a podobne. Ak je v škole školský parlament, debata by sa mohla dotknúť aj jeho poslania a úloh. V praxi sme zažili, že táto úloha viedla k rozsiahlym aktivitám vypracovania práv a povinností žiakov, ale aj učiteľov na konkrétnej škole. Nejde o všeobecné pravidlá, ktoré sú obsahom ľudských či detských práv. Ide o konkrétne práva a povinnosti, napríklad, čo môžu mať žiaci oblečené v škole, či sa môžu nosiť minisukne, či sa cez prestávku v škole má púšťať hudba, alebo nie, ako oslovovať učiteľov, ako majú učitelia oslovovať žiakov, ako trestať, či sa môže počas vyučovacej hodiny jesť, a podobne. Určenie konkrétnych pravidiel správania má veľký význam na zlepšenie disciplíny v škole, ale podobné pravidlá sa dajú vypracovať aj na správanie žiakov mimo školy. K úlohe číslo šesť ešte treba dodať, kto by mal kontrolovať a sledovať, či sa vypracované pravidlá správania dodržiavajú.

V siedmej úlohe je konkretizácia vypracovania noriem, pravidiel slušného správania v škole, kde sú okrem pravidiel uvedené aj niektoré práva žiakov. V jednej škole sa urobila aktivita, v ktorej žiaci mali napísať neslušné, vulgárne slová, ktoré spolužiaci používajú, a tieto slová sa mali stať zakázanými slovami. Súčasne sa urobil zoznam, ktoré slová sa verejne ešte môžu používať, ale sú na hrane vulgarizmov, neslušných slov. Napríklad môže sa dievčaťu povedať „ty jedna koza“? Dôležité je preniesť navrhované pravidlá, normy správania, ako aj ich kontrolu, odmeňovanie a trestanie (môže sa urobiť súťaž, bodovať správanie) do praxe školy. Vyžaduje si to spoluprácu s vedením školy, školským parlamentom, rodičmi. Môže byť vytvorená komisia, ktorá sa bude zaoberať disciplínou v škole, a aktivity urobené pri práci na programe VIEME, ŽE... budú podnetom na začatie takejto práce, prípadne na jej zlepšenie. Predpokladáme, že to by mohol byť jeden z **konkrétnych činov** tohto programu na zlepšenie správania, disciplíny nielen žiakmi v škole.

5. Posledný krok v tejto lekcii sa týka záverečného poučenia, záverečných činností. Komponovali sme ich do otázok, súhrnu činností, ktoré by mohli začať systematickú prácu na boji proti výskytu neslušného, násilného a nedisciplinovaného správania žiakov v škole. Takýto základ disciplíny nie je len vonkajšou disciplínou kontrolovanou žiakmi, učiteľmi či koordinátorom prevencie; je to aj základ formovania vnútornej, osobnostnej disciplíny žiakov. Disciplína je výsledkom cvičenia sebakontroly, autoregulácie, na ktoré kladieme v celom programe VIEME, ŽE... podstatný dôraz. Boj proti kriminalite, násiliu a rasizmu sa začína vypracovaním návykov na sebakontrolu a sebaovládanie, a to všetko v mene prijatia a zvnútornenia určitých všeľudských hodnôt.

METODICKÉ POKYNY K LEKCII Č. 12

Romanova cesta životom

Cieľ: Rozmýšľať o svojej budúcnosti. Spresniť svoju CESTU životom. Rozmýšľať nad cieľmi života, hodnotami, pre ktoré treba žiť. Na úrovni tohto veku iniciovať znepokojenie nad otázkami zmyslu života a ľudského bytia.

Postup

Lektor uvedie toto zamestnanie ako diskusiu v skupine o budúcnosti každého člena a o hľadaní budúcnosti. **Motivačný úvod** môže napríklad začať vetou: „*Premýšľali ste už niekedy, čo z vás bude, keď budete mať tridsať, päťdesiat rokov? Viete si predstaviť seba ako starca? Asi ste nad tým veľmi nepremýšľali. Dnes s vami chcem hovoriť práve o tom, čo v živote chcete dosiahnuť, ako aj o tom, či ste už o tom premýšľali... Prečítajte si najprv z príručky príbeh o Romanovi...*“

1. V prvom kroku si žiaci ticho prečítajú príhodu Romana so starenou v parku. Keď si žiaci prečítajú príbeh, môže položiť lektor zúčastneným napríklad tieto otázky:

- ⇒ „Kto z vás by chcel byť prezidentom republiky? Zdvihnite ruku!“
- ⇒ „Kto by chcel byť milionárom?“
- ⇒ „Kto z vás by chcel byť slávnym vedcom, spisovateľom či umelcom?“
- ⇒ „Kto chce byť poslancom parlamentu?“
- ⇒ „Kto chce byť slávnou speváčkou, modelkou?“

Máme skúsenosti, že pomerne málo žiakov druhého stupňa základnej školy zdvihne ruku, že by chcelo byť slávnou osobnosťou. Keď tak bude, na záver treba dať otázku:

A KTO, KEĎ NIE VY?

A PREČO NIE VY?

Tak, ako to povedala babka Romanovi.

Čo k tomu treba?

2. V druhom kroku účastníci diskutujú tom, ako môže človek dosiahnuť úspechy v rozličných oblastiach ľudského života. Budú menovať rozličné vlastnosti a podmienky. Tých, ktorí sa prihlásili, že by chceli byť slávnymi ľuďmi, treba dať otázku: „Máte plán, ako to dosiahnuť?“ „Viete, čo všetko musíte preto urobiť?“

Žiaci môžu ďalej imaginovať a treba ich viesť k tomu, aby okrem učenia uvádzali ďalšie vnútorné a vonkajšie podmienky. V závere tohto kroku lektor napíše na tabuľu alebo papier vzorec ľudského výkonu, ktorý je v príručke ($Lv = S \times M \times P \times \dot{S}$). Vzorec rozoberá pomocou účastníkov. „Aké schopnosti k tomu treba? Viete, čo je motivácia? Čo všetko do nej patrí? (Usilovnosť, záujem, vytrvalosť, pracovitosť atď.) Aké podmienky by ste mali mať na to, aby ste dosiahli svoje ciele? Musíte byť bohatými? Musíte mať strechu nad hlavou? Musíte žiť v inej krajine? Treba ovládať cudzí jazyk? Treba vedieť pracovať s počítačom a internetom? Treba mať k tomu zdravie?“ To sú otázky, na ktoré by mali žiaci odpovedať, analyzovať ich, uvádzať, čo z toho majú, čo nie, čo môžu urobiť a čo nie...

3. Tento krok predstavuje rozprávanie, výklad o sebarozvoji a sebazoznaní. Lektor napíše na tabuľu alebo prezentačnú plochu šesť „S“, a môže tiež vysvetliť, ako ich dosahovať. Časť takéhoto programu je opísaná práve v tejto lekcii. Potom kladie otázky žiakom z úlohy číslo jeden. Možno ich rozložiť na tieto:

Sú to: Sebazoznanie – Sebahodnotenie – Sebavedomie – Sebakontrola – Sebaregulácia – Sebatvorba.

Lektor uvedie, čo znamenajú jednotlivé „S“, a môže tiež vysvetliť, ako ich dosahovať. Časť takéhoto programu je opísaná práve v tejto lekcii. Potom kladie otázky žiakom z úlohy číslo jeden. Možno ich rozložiť na tieto:

- ⇒ Napíš na papierik, či poznáš samého seba: a) veľmi dobre, b) dobre, c) neviem, d) skôr sa nepoznám, e) nepoznám sa dobre, sem-tam urobím niečo, čo ma samého prekvapí. Zakrúžkuj len jednu odpoveď;
- ⇒ Čo si asi myslia o tebe tvoji spolužiaci? Aký si? Napíš pár slovami, čo si asi o tebe myslia
- ⇒ Čo si myslia o tebe tvoji rodičia? Ako ťa najčastejšie hodnotia? Akými slovami ťa charakterizujú?
- ⇒ Ako ťa poznajú tvoji učitelia, čo o tebe hovoria, za akého ťa považujú?
Napíš:
- ⇒ Aké sú tvoje silné stránky?
- ⇒ Aké sú tvoje slabé stránky?
- ⇒ Chcel by si sa lepšie poznať? Áno – Nie.
- ⇒ Chcel by si sa porozprávať so psychológom, aby ťa otestoval a povedal ti, ako sa mu javíš? Áno – Nie – Teraz neviem, váham.

Lektor môže tieto otázky vytlačiť a dať ich žiakom. Môže sa ich na to aj pýtať a žiaci môžu na čistý papier písať svoje odpovede. Môže s nimi o tom diskutovať, ale máme skúsenosti, že pred skupinou sa žiaci menej „otvoria“. Potom je možný dvojaký postup: žiaci čítajú svoje odpovede a ostatní počúvajú, pýtajú sa. Druhý postup spočíva v tom, že sa zozbierajú lístky, čítajú sa všetky odpovede a spolužiaci hádajú, kto to je, o kom sa hovorí, diskutujú o tom, či ho vidia a charakterizujú tak, ako si napísal žiak sám. Snažia sa diskutovať o tom, ako prekonať svoje slabé stránky.

4. Súčasťou štvrtého kroku je dotazník sebavedomia, čo je úloha číslo dva v tejto dvanástej lekcii. Lektor nadviaže na predchádzajúci rozhovor a ponúkne zúčastneným, aby si urobili dotazník sebavedomia. Inštrukcia je napísaná v úvode dotazníka. Na vyplnenie dáme žiakom čas približne 5 minút. Ak nerozumejú otázke, môžu sa pýtať. Lektor má podísať k tomu, kto sa pýta, a potichu mu vysvetliť otázku, aby nerušili ostatných a aby sa „nenašepkala“ odpoveď. Vyhodnotenie dotazníka si môže urobiť každý žiak sám, pri nepochopení pomôže lektor žiakovi vyhodnotiť jeho dotazník.

- Potom lektor vyzve, aby každý účastník skupiny povedal svoje skóre – počet dosiahnutých bodov. Ak sú problémy so zverejnením, nech každý účastník napíše na lístok počet bodov a odovzdá ho lektorovi.
- Lektor vyráta priemer bodov v skupine. Pokiaľ vie, tak vypočíta aj štandardnú odchýlku a urobí hranice za plus a mínus jednou štandardnou odchýlkou od priemeru. Ak to nevie, vyznačí len priemernú hodnotu bodov v skupine.

- Požiada, aby sa každý žiak porovnal s priemerom. Ak je počet bodov žiaka okolo priemeru (približne plus mínus desať bodov od priemeru), tak žiak má priemerné sebavedomie vzhľadom na skupinu; pokiaľ má výrazne menej bodov ako priemer, má nižšie sebavedomie. Ak má výrazne vyšší počet bodov, ako je priemer, má tento žiak vysoké sebavedomie.

5. Obsahom piateho kroku je riešenie úlohy číslo tri. Táto úloha je dosť ťažká a odporúčame, aby ju riešili len schopní, starší žiaci. Na úvod by mal lektor účastníkom vysvetliť, čo je sebakontrola, a až potom by mali písať to, čo sa v úlohe žiada. Pokračujeme v úlohe číslo štyri: žiak odpovedá na otázky dotazníka „autoregulácie“ – sebaregulácie. Dotazník obsahuje desať otázok. Postupujeme podobne ako pri dotazníku sebavedomia. Vypočíta sa priemerné skóre skupiny, potom jednotlivci si porovnajú svoje skóre so skupinovým. V závere sa prijímajú návrhy, čo robiť na zlepšenie sebaregulácie. Autoregulácia a jej časť – vôľa – sú podstatnými vlastnosťami človeka, aby zvládol seba, záťažové situácie, aby nepodľahol lákadlám drog, podnetom zla, nenávisť, rasizmu a násilia. V tomto kroku odporúčame lektorom, aby realizovali aj test tvorivosti. Postupuje sa podľa inštrukcie v začiatku testu. Okrem toho môže dať lektor účastníkom ďalšie skúšky tvorivosti, ktoré sú uvedené napríklad v knihe *Ako sa stať tvorivým* (M. Zelina, Fontana, Kiadó, Šamorín 1997).

6. Šiesty a záverečný krok nielen tejto lekcie, ale celého programu VIEME, ŽE..., obsahuje prácu na CESTE životom každého účastníka tohto programu. CESTU si môže napísať a rozvíeť každý sám alebo pod vedením lektora, psychológa, poradcu. Súčasťou takejto CESTY je zamyslenie sa nad režimom dňa a týždňa každého zúčastneného. V záverečnej časti je opísaných sedem krokov, ako si vypracovať takúto CESTU životom. Treba na nej pracovať dôkladne – nielen teraz ako na projekte svojej CESTY, ale stále pri jej realizácii a obnove. Každý mesiac, polrok a rok by sme sa mali znovu zamyslieť nad projektom svojej CESTY životom. Mali by sme prehodnotiť doterajšie kroky, čo sme urobili, čo nie a prečo, a vyvodit' z toho proaktívne závery. Na záver je uvedená aj jedna z metodík na sebazdokonaľovanie – je to metodika analýzy SWOT.

V závere celej práce by sa mal lektor poďakovať všetkým účastníkom a odporúčať, aby sa cesta VIEME, ŽE... stala permanentnou prácou na sebe.

METODICKÉ POKYNY K LEKCII Č. 13**Prípád „Polepšovňa?“**

Ciele tohto zamestnania sú dva. V prvom oboznámiť účastníkov stretnutia s tým, čo sú reedukačné domovy, pre koho sú, čo sa v nich robí a aký je ich zmysel. Druhým cieľom je rozbor konkrétneho prípadu Ivana, ktorý je skutočným príbehom chlapca z východného Slovenska. Návrhy účastníkov na riešenie problému môžu dobre odhaliť aj ich mieru „tvrdosti“ alebo „mäkkosti“ opatrení pre podobné prípady, ako je Ivanov prípad. Pri poradenstve v tomto prípade sme zistili, že Ivanovi rodičia ani nevedeli, že také niečo ako reedukačné domovy existuje. Teda cieľom je informovať aj rodičov o možnostiach, čo s dieťaťom, keď si už nevedia rady.

Postup

Metodika tohto prípadu je postavená na postupnom riešení problému s tým, že vždy po určitom úseku sa poskytnú čitateľovi nové informácie a sleduje sa zmena postoja a riešenia vzhľadom na nové informácie.

1. krok - účastníci si prečítajú Ivanov príbeh, každý sám pre seba;
2. krok - riešia situáciu - odpovedajú alebo napíšu na lístky, čo by navrhovali. K tomu je možné otvoriť diskusiu, aby účastníci jednotlivito zdôvodňovali svoje riešenia: prečo preložíť na inú školu a prečo do reedukačného domova;
3. krok - nasleduje text o tom, čo sú reedukačné domovy, kto v nich je, aká je ich funkcia. Pri počte je možné nechať najprv účastníkov odhadovať, koľko asi mladých ľudí je v reedukačných domovoch, a až potom im povedať číslo a spýtať sa, či sú počtom prekvapení;
4. krok - po prečítaní alebo inej prezentácii informačného textu o reedukačných domovoch je možné viesť diskusiu na tému, či reedukačné domovy sú skutočne na zlepšenie správania, alebo sa v nich chlapci a dievčatá naučia ešte horšiemu správaniu. Takto postavená otázka nie je celkom korektná a istotne sa reč dostane na podmienky a na to, čo sa s chovancami v domovoch robí. To lektorovi umožňuje rozšíriť rozhovor na výchovné metódy, ako aj na problém tvrdosti alebo mäkkosti výchovných postupov, opatrení;
5. krok - nasleduje päť otázok. Vhodné je, keď na prvé dve účastníci odpovedajú písomne a potom i odpovede čítajú a diskutujú o nich. Ak by účastníci mali zábrany voľne hovoriť o svojej zlosti, je možné, aby napísané odpovede neboli podpísané menom, a čítali sa ako „anonymné“. Potom sú konkrétne otázky na to, čo by poradili otcovi, čo má robiť so synom, a aké argumenty by použili na to, aby otca presvedčili. Lektor tu môže poukázať na spôsoby argumentovania, chyby, ktorých sa najčastejšie pri argumentácii dopúšťame... Podobne otázka o tvrdom prístupe, fyzických trestoch umožňuje rozhovor o tom, ako je to v ich živote, praxi a ako by to malo byť, aby nedochádzalo k deformácii vzťahov medzi rodičmi a deťmi.
6. krok - znovu po týchto informáciách a diskusii sa vraciame k otázke, čo by bolo dobre urobiť s Ivanom - prvá a druhá otázka poskytujú široké pole na diskusiu o prevencii

nevhodného správania mladých ľudí. Odporúčame lektorom zamerať sa na prevenciu týkajúcu sa:

- ⇒ školy,
- ⇒ rodiny,
- ⇒ obce - mesta,
- ⇒ polície,
- ⇒ masovo-komunikačných prostriedkov.

7. krok - obsahuje zhrnutie, poučenie z prípadu a v závere sa tretíkrát vraciame k tomu, čo by sa malo robiť v prevencii, ale aj konkrétne v Ivanovom prípade.

Záverečným odkazom tejto lekcie by mohli byť návrhy na prevenciu podobných javov, správania, ako to bolo v prípade Ivana.

Ak by lekcii viedol policajt, sú možné ďalšie doplnenia informácií o právnych aktoch, ktoré súvisia so súdnym umiestnením mladého človeka do reedukačného ústavu, prípadne do ústavu pre výkon trestu. Ak by to bolo možné, je dobre zvážiť aj alternatívu návštevy niektorého reedukačného domova.

METODICKÉ POKYNY K LEKCII Č. 14**Riadenie EMÓCIÍ**

Cieľom tejto lekcie v náučnej časti je poskytnúť účastníkom informácie o tom, čo sú emócie, city a aké dôležité je vedieť ich ovládať, kontrolovať a riadiť. Odporúčame lektorom hneď pri prezentácii prvej informačnej časti upozorniť na to, že nie vždy je dobre prísne uvedomovať a kontrolovať svoje emócie a city. V situáciách prežívania umenia, napríklad v divadle, kine, v situáciách lásky a podobne emócie a city prebiehajú spontánne a nebolo by vhodné ich príliš rozumom kontrolovať a usmerňovať. Okrem tohto náučného cieľa má lekcia za cieľ naučiť účastníkov všímať si svoje city a emócie, vedieť ich pomenovať a riadiť.

Postup

Po úvodnej motivácii cez zdôraznenie skutočností, že emócie a city sú stále našim sprievodcom, neexistuje stav, aby človek nič necítil, možno prikročiť k prečítaniu úvodných informácií a k rozlíšeniu emócií a citov. Nie vždy sa tieto dve kategórie rozlišujú, ale zvyčajne sa hovorí o nižších citoch, čo sú emócie, a o vyšších citoch, čo sú skutočné city. Ich delenie je spojené s uspokojovaním potrieb človeka. Často sa tiež používa pojem „pocit“, napríklad „Mám pocit, že ma nemáš rád.“ Pocit je spojený s výsledkom vnímania – emócie a city sa viac týkajú procesu prežívania. Nálada je citový stav, ktorý pretrváva dlhší čas. Afekt je prudká citová reakcia – tieto pojmy možno v úvode objasniť a diskutovať o nich.

1. krok – sú to otázky na to, ako žiaci citovo prežívajú (vnímajú) poloplnú fľašu, spolužiakov, ako sa cítia doma, v škole, keď čakajú v rade.... Možno použiť aj iné príklady, situácie. Nasledujúce štyri otázky sú návody na cvičenia a rozhovory a majú dva ciele: prvým je uvedomenie si svojich pocitov, citov a druhým cieľom je poukázať na rozmanitosť prežívania tej istej situácie rozličnými žiakmi, účastníkmi cvičení. Za významné považujeme zdôrazniť, že naše city silne ovplyvňujú to, ako sa človek správa, a že je v silách každého človeka svoje city usmerňovať.
2. krok – nasleduje informačný text v ktorom sme sa snažili stručne objasniť, aké sú základné emócie a city, ako sa dajú ovplyvniť sebaúnymi, opisujeme, čo je emocionálna inteligencia. Odporúčame rady zapísať.
3. krok – v cvičení označeným zvončekom ide o sebaopoznanie a vyjadrenie jednotlivcov, či sú skôr optimistami, alebo pesimistami, dobre citovo naladenými, alebo zle... Možno to hovoriť o humore a jeho vplyve na riešenie situácií, tvorenie medziľudských vzťahov.
4. krok – príklad s koncertom možno metodicky využiť na to, aby si účastníci ešte viac uvedomili, ako ich myšlienky ovplyvňujú cítenie, ako ich cítenie, prežívanie ohrozuje ich psychické zdravie a správanie, keď city a emócie nie sú riadené rozumom. Sedem zásad, ako napomôcť riadenie emócií a citov, je dobre napísať do záverov z lekcie a v praxi sa k nim vracieť.
5. krok – cvičenia a úlohy na tému HIV treba začať vysvetlením, čo je HIV... Najprv by mal lektor získať od účastníkov informácie o tom, čo vedia o tejto chorobe. Mal by na-

sledovať rozhovor o postojoch účastníkov k tejto chorobe a potom v treťom bloku, ako sa chrániť pred nákazou vírusom HIV. Táto téma by si zasluhovala širší rozbor, treba sa opýtať účastníkov, či sa o tom učili, alebo už niečo počuli... Môže byť záver, že sa pozve lekár na besedu o problémoch HIV, ale aj o sexualite všeobecne. Ďalšie otázky sa týkajú samovrážd. Táto téma sa dá rozohrať viacerými spôsobmi – dobre je začať šokujúcimi štatistikami, potom prejsť na úvahy a rozhovory, prečo to tak je a čo proti tomu robiť (tvorivé riešenie problému – možno použiť heuristiku DITOR). Až v ďalšej etape práce, keď je vhodná atmosféra, začať rozhovor, či poznajú niekoho, kto chcel spáchať samovraždu, alebo či niektorý z účastníkov pomýšľal na samovraždu a prečo, ako sa bránil tejto myšlienke. Možno využiť aktivitu zameranú na napísanie článku proti samovráždám. Nech sa účastníci vžijú do roly novinára a napíšu článok (reportáž, esej), ktorý by zaujal čitateľov. Pri cvičení o návrhu predmetu, ktorý by sa zaoberal prevenciou samovrážd a iných negatívnych javov, postupujte tak, aby najprv vymysleli čo najviac najoriginálnejších názvov pre takýto vyučovací predmet (cvičenie tvorivosti – fluencie, originality, flexibility) a následne nech rozprávajú alebo napíšu, o čom všetkom by sa malo v predmete učiť, o čom by chceli viac vedieť... Dá sa hovoriť o psychickom zdraví dospelých ľudí, diskutovať o tom, čo ich najviac trápi (rodičov, známych) a znepokojuje a čo by sa dalo proti týmto negatívnym pocitom a citom robiť.

6. krok – test emocionálnej inteligencie. V texte je aj metodický návod na vyhodnotenie. Pre lektora dávame informáciu, že test nie je štandardizovaný ani validizovaný. Dáva informáciu len pre súbor, v ktorom sa použije. Pre tých lektorov, ktorí sú zbehlí v štatistike, odporúčame, aby pre skupinu, triedu, vypočítali priemer bodov, potom štandardnú odchýlku a na základe toho určili skupinové normy priemeru, nadpriemeru a podpriemeru. Za jednou štandardnou odchýlkou od priemeru je nadpriemer, pod jednu štandardnú odchýlku od priemeru je podpriemer. Pokiaľ účastníci nechcú zverejniť svoje výsledky, je možné, aby si test vyhodnotili podľa pokynov sami, potom sa im oznámia limity priemeru, podpriemeru a nadpriemeru a sami sa zaradia do príslušnej skupiny. Použitím tejto techniky práce je možné podporiť v úvode ich úprimnosť pri spracovaní odpovedí: „Je to informácia len pre teba, a preto sa neoplatí skresľovať odpoveď.“

Ďalšie poznámky pre lektora: teoreticko-praktickú orientáciu o emocionálnej inteligencii možno získať z Golemanových kníh, ale pre psychológiu a pedagogiku považujeme za užitočnú aj prácu Shapira *O práci s emocionálnou inteligenciou* a prácu Greenbergera *Na emócie s rozumom*. Ďalšie odporúčania pre aktivity na rozvoj citov a emócií možno nájsť aj v knihe M. Zelinovej *Hry na rozvoj emócií a komunikácie* (Portal, 2007). Vhodné je na výchovných zamestnaniach a hodinách použiť aj metódu „panáčikov“ – tváričiek, ktoré sa používajú na vyjadrenie toho, ako sa žiaci cítili v priebehu hodiny, aktivity a podobne. Môže to byť usmievavá tvárička na vyjadrenie spokojnosti, radosti; tvárička vážna na vyjadrenie „priemerného“ citového prežívania a tvárička zachmúrená na vyjadrenie nespokojnosti a negatívnych citov. Bližšie pozri v knihe M. Zelina *Stratégie a metódy rozvoja osobnosti dieťaťa*. (Iris, Bratislava 1996).

Téma riadenia emócií, citov, pocitov a prežívania je taká silná, že si vyžaduje sústavnú prácu na korekciách prežívania, vyžaduje si diskusie, poradenstvo v konkrétnych situáciách. Na základe skúseností a porovnania rozličných krajín sa zisťuje, že Slováci sú národom, ktorý hodne nadáva, kritizuje a prejavuje nespokojnosť. Ľudia často nadávajú, mračia sa, majú problémy, čo sa potom odráža aj na nedobrom psychickom zdraví jednotlivcov a na nepriaznivej spoločenskej atmosfére. Na Jamajke majú heslo: „Niet problémov,“ čo sa chápe aj tak, že nie každý tzv. problém je problémom, a tiež tak, že každý problém je riešiteľný a teda zničiteľný! často stačí úsmev, ochota namiesto nadávok, agresie, ale to, od čoho závisí reakcia konkrétneho človeka, je práve učenie sa riadiť svoje city a emócie.

METODICKÉ POKYNY K LEKCII Č. 15**Riešenie KONFLIKTOV**

Cieľom tejto lekcie je príspevok k zlepšeniu riešenia konfliktov. Je to rozsiahla téma. V úvode je motivácia, aby účastníci nielen poznali význam riešenia konfliktov, ale aby pochopili aj praktický význam týchto riešení. Nasleduje vymenovanie niekoľkých bežných konfliktov a od účastníkov sa žiada, aby povedali, ako by reagovali v daných situáciách. V tejto lekcii je stručné vymedzenie, čo je konflikt, aké druhy konfliktov poznáme, a zásady, ako ich riešiť. V závere je opis zásad konštruktívnej hádky. Je to ako posolstvo tejto lekcie a bolo by vhodné, keby si ho účastníci zapísali, pamätali a správali sa podľa uvedených zásad.

Postup

Okrem motivačného úvodu uvedené príklady konfliktov možno rozšíriť o tie, ktoré účastníci práve prežívajú. Obmena je, aby si spomenuli na ťažšie konflikty zo svojho života a opísali ich priebeh a riešenia. Záverom možno zovšeobecniť skúsenosti z riešenia konfliktov rozličného druhu a rozličných jednotlivcov.

Nasleduje desať konfliktných situácií, pri ktorých majú účastníci napísať číslo, ako ich daná situácia vyvedie z miery a nazlostí. Postup odporúčame taký, aby najprv každý účastník napísal číslo k situáciám podľa toho, ako to hodnotí, prežíva. Nech potom lektor napíše na kus papiera (tabuľu) ku každému konfliktu číslo prežívania subjektov, asi takto:

Konflikt číslo 1 - čísla:

Konflikt číslo 2 - čísla:

atď.

Predpokladáme, že sa zistia rozličné čísla. Cieľom tohto cvičenia je demonštrovať rozličné vnímanie a prežívanie konfliktov jednotlivými účastníkmi. Diskusiu možno usmerniť tak, aby sa hovorilo o *primeranosti* citového prežívania jednotlivých konfliktov.

V ďalšom pokračovaní tejto lekcie si majú účastníci vybrať konflikt, ktorý ich najviac rozčúli, a cvičenie pokračuje podľa opísaného postupu v lekcii. Ak v skupine, ktorá tieto cvičenia robí, je dobrá atmosféra, máme skúsenosti, že účastníci začnú hovoriť o svojich skutočných konfliktoch zo života, najmä keď práca pokračuje otázkami o konfliktoch v škole, rodine atď. Ak si účastníci nespomenú na súčasný konflikt, môžu spomenúť niektoré konflikty z minulosti.

Jedna z úloh žiada, aby účastníci napísali, s kým by sa v prípade konfliktu chceli poradiť. Tieto údaje treba v praxi využiť a dohodnúť stretnutie, besedu podľa toho, s kým chcú účastníci besedovať.

Náročný je ďalší text o riešení konfliktov a typoch riešenia konfliktov. Delíme ich na zásadových, konformných a kompromisných riešiteľov. Lektorovi odporúčame, aby doplnil túto časť o svoj pohľad na konflikty, o svoje skúsenosti. Žiada si často podrobnejšie vysvetlenie najmä dvoch vecí:

- ⇒ prvou je vysvetlenie účelnosti a užitočnosti kompromisov; najlepšie je to ukázať na nejakom príklade;
- ⇒ druhou je problém, čo je princíp, aký konflikt je principiálny a aký je nedôležitý alebo menej dôležitý.

Teoretický text je dosť zložitý. Lektor môže vynechať niektoré otázky, ak má účastníkov, ktorí nemajú predbežnú psychologickú prípravu, informácie.

Nasleduje cvičenie, kde majú jednotlivci o sebe povedať, akým typom riešiteľa konfliktov skôr sú. Často odpovedia, že sa správajú podľa druhu konfliktu. To je dosť vyhýbavá odpoveď. Lektor môže žiadať, aby opísali konkrétny konflikt, a požiada ostatných účastníkov, aby posúdili, aký typ predstavoval aktér konfliktu.

Prípad MOBILU je typickou aktivitou na hranie rolí (dramatickú výchovu). Odporúčame takýto postup:

- a) lektor vyberie aktérov – Martinu a Silviu;
- b) Martina si prečíta len svoj scenár a Silvia tiež len svoj scenár;
- c) ostatní si prečítajú celý „prípad“;
- d) Silvia s Martinou odohrajú improvizovaný rozhovor podľa toho, ako budú chcieť;
- e) ostatní sa vyjadria k priebehu konfliktu, pokúsia sa určiť typy reagovania v konflikte jednotlivých aktérov.

Cvičenie sa môže obohatiť tak, že sa určí rola pre Martinu a Silviu, napríklad Martina je zásadová, prísna, neústupná, direktívna (asertívna) a Silvia konformná, poddajná, prispôbovavá. Variácie sú rozličné podľa zásadových, konformných a kompromisných typov. Lektor môže cvičenie účinne využiť aj na to, aby dal aktérom rolu opačnú, ako sú v bežnom živote. Tak im poskytne novú sociálnu skúsenosť. Netreba zabúdať, že hranie rolí sa musí diať v uvoľnenej, slobodnej atmosfére a má sa brať ako hra, a nie skutočné prežívanie prípadov. Cvičí sa tvorivosť, komunikácia, emocionalita, socializácia zúčastnených. Ak budú účastníci odvážni, je možné taktó prehrávať konflikty zo skutočného života. Naša skúsenosť však hovorí, že najprv treba techniku hrania rolí konštruktívnej hádky nacvičiť na vymyslených prípadoch a až potom sa pustiť do riešenia a prehrávania skutočných prípadov.

METODICKÉ POKYNY K LEKCII Č. 16**Norika je NA REŤAZI...****Cieľ:**

Rozobrať spolu so žiakmi násilie v rodinách, doma. Okrem analýzy dať žiakom zažiť pohľad aj na vlastnú situáciu v rodinách, na formy a spôsoby spolužitia. Tretím cieľom je hlavne navrhovať, čo robiť v prevencii proti násiliu v rodinách a ako riešiť už vzniknuté situácie nekvalitných vzťahov v rodine.

Postup:

Úvodný príbeh Noriky sa skutočne stal. Má funkciu nielen ukázať na drastické formy obmedzovania mladých ľudí rodičmi, v tomto prípade otca, ale aj zamyslenia sa nad tým, čo by mladí ľudia na mieste Noriky robili. Je to vhodná téma na diskusiu o voľnosti detí a mladých ľudí s nadväznosťou na problémy slobody.

1. *krok:* Začíname podľa Zošita tým, že sa uvedie príbeh. Meno „Zelina“ možno vynechať. Poradca prečíta úvod a nechá žiakov chvíľu premýšľať nad príbehom.

2. *krok:* Poradca uvedie teoretický vstup do problému, voľne podľa toho, čo sme uviedli v texte Zošita. Dobré je odvolať sa na to, čo už žiaci vedia o probléme násilia a o charakteristikách pubertálneho a adolescentného veku. Látku mohli prebrať už v niektorých predmetoch. Cieľom je ukázať, že to nie je niečo neobvyklé, ale rozličné formy „obmedzovania“ sú nevyhnutnou súčasťou výchovy v rodine.

3. *krok:* príbeh Noriky pokračuje – uvedie sa ďalšia časť príbehu, poskytnú sa nové informácie o živote a záujmoch Noriky. Tu možno nadviazať na záujmy žiakov. Táto časť sa uzatvorí požiadaním, aby žiaci vyplnili anketu o svojich vzťahoch s rodičmi.

4. *krok:* Anketa – má dve časti. Najprv žiaci vyplnia otázky podľa toho, ako to bolo v minulosti – pokiaľ sú to mladší žiaci, treba v inštrukcii uviesť, aby sa vrátili asi o 5 – 7 rokov dozadu a vyplnia podľa toho, ako si spomínajú na vzťahy s rodičmi v tom čase. Keď to vyplnia, hneď ich požiadajte, aby napríklad inou farbou označili terajší stav – vzťah s rodičmi.

Je na poradcovi, či urobí anketu anonymne a zozbiera anketové lístky a sám ich analyzuje, alebo (najmä u starších žiakov) nechá ich vyhodnotiť si podľa uvedeného bodového hodnotenia anketu v spomienkach aj v súčasnosti a potom požiada žiakov, či chce niekto zverejniť pred skupinou svoje výsledky. Máme skúsenosti, že tí, ktorí majú dobré vzťahy doma, radi zverejnia svoje vzťahy... Vhodné by bolo, keby poradca využil aktivitu aj na lepšie poznanie domáceho zázemia žiakov, aby identifikoval rizikových žiakov z tohto pohľadu. Mala by to byť súčasť práce školy – poznať rizikové rodinné zázemie. Možno dať deviatu otázku, aké iné problémy majú doma, vo vzťahu nielen k rodičom, ale aj súrodencom, starým rodičom, susedom.

5. *krok:* Informácie – je dobre ukázať žiakom, že problémy s rodičmi, vzťahy sú značne rozšírené a mnohokrát intenzívne. Problémy v rodine môžu viesť až k vážnym psychickým poruchám, dokonca k samovraždám. Tu je dobre nadviazať na skúsenosti, príhody, príbehy

žiakov z ich prostredia. Je možné aktivitu rozšíriť o to, aby sledovali noviny, médiá a po-dávali správy o zlých vzťahoch medzi rodičmi a deťmi.

6. krok: Tvorivosť – je to najdôležitejšia časť tejto lekcie. Nechá sa čas na vyplnenie otázok žiakmi. Treba dodržiavať pravidlo, aby každý pracoval sám, aby sa nedohovárali a znova zdôrazniť, že ide o otvorenosť, úprimnosť v odpovediach, a že výsledky, pokiaľ nebudú chcieť, nebudú pred skupinou zverejňované. Odporúčame postup v dvoch častiach – v prvej časti hovorí o vzťahoch všeobecne, prípadne to ilustrovať príbehmi iných ľudí a až v druhej časti prikróčiť k odpovediam na otázky, ktoré sa dotýkajú priamo zúčastnených žiakov. V závere poradca, lektor by sa mal opýtať žiakov, alebo by im mal dať pokyn, aby napísali, kto z nich by sa chcel podrobnejšie a súkromne o svojich vzťahoch s rodičmi porozprávať napr. so psychológom alebo s niekým, komu dôveruje. Pripomíname, že v tejto časti by mal poradca znova žiakom pripomenúť pravidlá tvorivej práce, t. j., aby žiaci dávali čo najviac návrhov, rozmanitých a originálnych. To si vyžaduje čas, a preto netreba náhliť žiakov v týchto odpovediach a práci na tejto časti problému.

7. krok: Predstavuje zhrnutie a poučenie. Zoznam rád možno doplniť o nápady, ktoré dali žiaci – pôsobí to vysoko motivačne a treba ich za nápady a adekvátne riešenia pochváliť. Eriksonovo delenie tém vývinových období je možné podrobnejšie rozobrať a pýtať sa žiakov na ich skúsenosti z jednotlivých období života. Dobré je požiadať žiakov, aby si podčiarkli dvakrát tie rady, ktoré sa ich najviac dotýkajú, jedenkrát tie, ktoré sú pre nich nové, osožné, ale momentálne ich nepotrebujú uskutočňovať. Rady na konci tejto časti je možné odporučiť, aby si ich napísali do pracovného zošita, alebo do svojich poznámok, denníka. Možno odporučiť metódu, aby mali zošit alebo stránku v počítači, kde si zapisujú myšlienky, nápady, veci, o ktorých si myslia, že by si ich mali pamätať ako významné pre ich život.

8. krok: Dokončenie príbehu Noriky. Tento príbeh, ktorý nemá pozitívny koniec, možno využiť na rozhovor o tom, aké možné dôsledky môže mať prísna, násilná, direktívna výcho-va v rodine. Na tvorivosť je možné použiť úlohu, aby žiaci, keby teraz stretli Noriku, čo by jej poradili a druhá úloha, aby napísali alebo porozprávali negatívne a pozitívne pokračova-nia jej príbehu. Ako doplnkovú náročnú aktivitu možno zahrať inscenovaný rozhovor Nori-ky s niektorým účastníkom a meniť role, napríklad že Norika bude naďalej hrať rezignovanú a nazlostenú osobu (rolu) a u presvedčovateľa sa bude sledovať počet a druh argumentov, ktoré použije preto, aby Norika zmenila svoj náhľad na seba a svoje správanie. Je dobre k to-mu pozrieť zásady konštruktívnej komunikácie alebo konštruktívnej hádky, ako aj metódy a spôsoby persúzie (presvedčovania) – pozri napr. knihu: Stratégie a metódy rozvoja osob-nosti dieťaťa, alebo iné knihy o komunikácii a riešení konfliktov.

Záverom:

Aktivity v tejto lekcii sú zamerané na domáce násilie. Existujú mimovládne organizácie, ktoré sa týmito problémami zaoberajú, a snažia sa pomáhať ľuďom. Zvyčajne ide o zlé spolužitie manželov, o týranie detí, manželky, menej manželov, o hádky a fyzické napadnu-tia, o ponižovanie a neuznávanie partnerov v rodine. Je možné viesť rozhovory na tieto témy a analyzovať príbehy z médií, prípadne zo skúseností a poznatkov účastníkov. Základné zá-sady sú uvedené v záverečnej časti tohto príbehu.

METODICKÉ POKYNY K LEKCII Č. 17

Prípád ŠIMONA

Cieľ: Ústrednou témou tejto lekcie je tolerancia. Cieľom je, aby si účastníci uvedomili, ako sa tvoria ich tolerantné a netolerantné postoje a konečným cieľom, aby sa zlepšili v postojoch a správaní smerom k akceptovanej tolerancii

Postup:

Možno v úvode naznačiť, že sa budeme rozprávať o tolerancii – o tom, čo to je, kde sú jej hranice, miery. Možno poukázať na to, že človek každú chvíľu má vyjadriť nejaký svoj postoj, názor na veci a je dôležité, aby tieto postoje a názory boli múdre a správne. Možno povedať, že ide o zložitú problematiku postojov k ľuďom, učeniu, sebe, svetu a že tento vek je práve obdobím, kde sa tvoria a fixujú dôležité rozhodnutia pre život.

V úvode sa prečítajú obe príhody, bájky o Šimonovi a líške. Zdanlivo nie sú o tolerancii, ale sebapoznání. V sebapoznání leží kľúč k tvorbe postojov. Možno hovoriť o tom, kto hlavne formuje postoje účastníkov, kto ich ovplyvňuje, komu viac a menej veria, kto ich najviac ovplyvňuje v názoroch a postojoch. Rozhovor možno začať napríklad diskusiou o takých postojoch, o ktorých diskutuje celý národ, napríklad postoj k INTERRUPCII, postoj k EUTANÁZII, alebo potom konkrétnejšie, postoje k druhým ľuďom, škole, sebe, k užívaniu drog, fajčeniu, disciplíne, dodržiavaniu noriem a podobne.

TOLERANCIA je určitá miera pozitívneho alebo negatívneho postoja subjektu k ľuďom, veciam, skutkom. Pozrite si aj vymedzenie tolerancie v cvičení – lekcii číslo sedem.

Prvý krok: Po prečítaní príbehov žiaci diskutujú o tom, čo príbehy vyjadrujú. Malo by sa dospieť k záveru, že je dôležité, ako sa dívame na svet okolo seba, ako ho hodnotíme a na základe čoho potom konáme. Otázku sebapoznania nie je potrebné široko rozvádzať, lebo tomu už boli venované cvičenia v prvej lekcii – Prípád Maťa; v siedmej lekcii – Prípád z vlaku a najmä Dotazník sebavedomia z 12 lekcie. Pokiaľ žiaci pracovali na dotazníku Sebavedomia pred dlhším časom, je vhodné zopakovať túto aktivitu a prípadne porovnať, či sa zmenilo sebavedomie žiakov.

Druhý krok: Týka sa vysvetlenia toho, ako prebieha spracovanie podnetov vo vedomí človeka. Schéma ukazuje tzv. dynamický a celostný prístup k osobnosti. Je to jedna z novších psychologických teórií, ktorá si menej všíma jednotlivé vlastnosti človeka (emócie, inteligenciu, vôľu a podobne) a viac si všíma to, ako prebieha spracovanie podnetov v človeku.

Začína to *podnetovým poľom* – podnetmi, ktoré prichádzajú do našich zmyslov – najmä sluchu, zraku (ale aj hmatu, čuchu a dotykových receptorov). Tu je dôležité vysvetliť žiakom, že nie je jedno, v akom podnetovom poli človek žije. Môže to byť veľmi chudobné pole podnetov pre rozvoj, čo potom voláme deprivácia (zmyslová a iná); môže to byť veľmi intenzívne, široké pole podnetov, čo vytvára riziko „presýtenia“ podnetmi a prirodzenou obranou voči podnetovej záťaži. Ďalším rozmerom je jednostrannosť alebo mnohostrannosť podne-

tov. Dieťa môže mať veľa podnetov, ale sú napríklad len z počítača alebo televízie – je to jednostranná skúsenosť, i keď vysokej intenzity. Opakom je mnohostrannosť podnetov, teda prijímanie podnetov z rozličných zdrojov. Človek s mnohými a rozmanitými podnetmi sa bude vyvíjať skôr bohatším, pozitívnejším smerom. Pre výchovu z toho vyplýva nielen usmerňovať a kontrolovať podnety, ktoré prichádzajú k žiakovi, ale aj tvoriť nové podnety, aby mal čo najviac rozmanitých skúseností. Slabá kontrola podnetov alebo chýbanie tejto kontroly vedie k tomu, že žiak podľahne napríklad podnetom kamarátov na drogy alebo iným nežiaducim podnetom. Jednoduchšie sa to dá povedať aj tak, že je potrebné tvoriť podmienky, aby žiak mal skúsenosti z viacerých činností, aby mal skôr viac, ako menej záujmov. NUDA je v tomto prípade prejavom chudobného podnetového poľa a je to tiež riziko, že mladého človeka zaujmú nežiaduce podnety, činnosti.

Podnety vchádzajú v ďalšom kroku do vedomia človeka a sú spracované na úrovni zážitku, vnemu. Zážitky a vnemy, obsahy vedomia sa ďalej spracovávajú prostredníctvom emócií, citov a prostredníctvom rozumu, myslenia. Dôležité je, aby človek bol emocionálne zrelý, t. j., aby primerane emocionálne reagoval na podnety zvonku aj zo svojho organizmu. Na to je potrebné sebaopoznanie a hodnotenie každej situácie, či reagujem emocionálne primerane alebo nie (chladne alebo príliš prudko a nekontrolovateľne). O tom sú naše cvičenia o emocionálnej kontrole rozumom. Druhý „hráč“, ktorý vstupuje do spracovania podnetov, je náš rozum, myslenie, poznávacie (kognitívne) procesy. Aby boli primerane spracované, je potrebné, aby človek veľa vedel, poznal, aby riadil svoje myšlienkové procesy, aby nerobil prehnané súdy, netvoril si predsudky, netvoril si intolerantné východiská.

Výsledkom emocionálno-rationálneho spracovania podnetov je postoj človeka a od postoja je krôčik ku správaniu. Sebaopoznanie v každom kroku spracovania podnetu – podnetov je predpokladom na to, aby sme sa vyhli chybám, či už emocionálneho druhu alebo chybám v myslení. Sebaopoznanie a neustála kontrola podnetov vedie k sebakontrolu a od sebakontroly k sebariadeniu. A to je základ sebaovládania a prevencie drog, delikvencie, nedisciplinovanosti, intolerancie. Je dôležité svojimi slovami, ako lektori, vysvetliť tieto mechanizmy deťom, mladým ľuďom na ich úrovni myslenia a prežívania. Toto učenie sebaovládania a sebariadenia podlieha zákonom učenia, podobne ako keď sa učíme naspamäť báseň alebo cudzí jazyk. To znamená analyzovať situácie, hovoriť o podnetoch, ich dopade na emócie a myslenie, precvičovať nové chápanie, prijatie vecí, pripustiť alternatívy, čo je základom tolerancie a tvorivosti. Spomíname to aj preto, že kdesi tu sú základy psychickej prevencie proti asociálnym javom.

V treťom kroku nasledujú cvičenia na to, čo človek neznáša, čo netoleruje. Cieľom tejto aktivity je ukázať, že na veci sa dá pozeráť z *rozličných hľadísk, rozličných uhlov pohľadu*. Aj preto odporúčame prípadové štúdie, dramatickú výchovu, tvorivú dramatikú a inscenačné metódy, aby sa človek vedel vžiť do iného, aby vedel pochopiť (a tým pádom skôr tolerovať) rozličné prejavy ľudského správania.

Treba však upozorniť na to, že tolerancia nie je bezbrehá. Nemôžeme všetko tolerovať. Nemali by sme potom zásady, ktorých sa v živote máme a môžeme pridržať. Nemali by sme svoju tvár, svoj charakter. Základné zásady by mali byť postavené na rešpektovaní práv ľudí a detí, ako ich vymedzujú medzinárodné Dohovory. Pre veriacich je to napríklad desatoro Božích prikázaní. Pekne sa to dá v tomto cvičení ukázať na príkladoch, ktoré uvádzame. Na-

príklad neslušné hovorenie (koprolalia) – ktoré slová a v akých situáciách ešte môžu byť prijateľné, tolerované, ktoré nie a prečo nie. Týmto postupom zistíme mieru tolerancie k rozličným prejavom, ale i rasám, náboženstvám a podobne. V jednom prieskume sa zistilo, že žiaci sú najmenej tolerantní k inej sexuálnej orientácii (lesbizmus, gayovia). Pokúste sa o tom viesť debaty so žiakmi a rozoberte tieto formy netolerancie. Výsledkom tohto kroku, tejto aktivity by bola skutočnosť, že žiaci pripustia, že môže byť tolerovaný aj iný názor, ako je ich. Sledujte pritom ako lektori, či argumenty pre a proti nejakému tvrdeniu sú viac založené na citoch, emóciách, alebo sú podložené argumentmi a racionálnym uvažovaním. Poukážte na nedostatky v rozumovom spracovaní podnetov, napríklad málo informácií, vedomostí o určitých skutočnostiach, alebo poukážte na chyby v emocionálnom zapojení regulačných mechanizmov prežívania.

Vo štvrtom kroku tejto lekcie nasleduje príbeh Šimona a Anity. Je to náročná aktivita, lebo odráža skúsenosti mnohých mladých ľudí. Žiakov v prvom rade požiadať, aby sa odosobnili a posudzovali situácie ako nestranní poradcovia, pozorovatelia. Až v nasledujúcom pokračovaní sa ich opýtajte, či majú skúsenosti s podobnými príbehmi. Základom tohto cvičenia je, či možno tolerovať na mieste Šimona názor Anity, ako ho zobrať, či to myslela vážne, alebo nie atď., čo vedie k zvažovaniu a synergii emócií a rozumu. A to je cieľom cvičenia, i keď nebude na škodu, keď sa polovička nájde, že to je neodpustiteľná veta od Anity a druhá polovička povie, že je to odpustiteľné, len treba zistiť, ako to skutočne myslela a čo cíti... Chybou lektora by bolo, keby povedal, že niektorá alternatívna je dobrá a druhá je zlá.

V piatom kroku je zmienka o komplexe Jonáša. V texte je vyjadrená podstata, tu len treba podčiarknuť, aby sa mladý človek nebál mať svoj názor na jednej strane (podceňujúci sa ľudia) a na druhej, keď má názor, aby pripustil, že môže byť aj iný názor a môže byť dobre podložený, argumentovaný. Pripustiť názor druhého je veľkosťou človeka, nie jeho zásadovosti.

V šiestom kroku sa vraciame k Šimonovi – tentokrát k Rómovi a prenášame problém tolerancie na rasu a rasizmus. Tu by sa malo ukázať, ako sú žiaci zásadoví v tom, aby sa nerobili rozdiely medzi ľuďmi bez toho, aby sme ich poznali. Zlo a zlého človeka nemožno tolerovať, tam musíme byť zásadoví. Ale treba dobre zvážiť, či zlo je skutočne zlo. Možno rozdiskutovať tému *rozhodovania a rozhodovacích procesov*. Už naznačený konflikt medzi emóciami rozumom sa dá zlepšiť pomocou mnohých cvičení na rozhodovacie procesy, na zvažovanie plusov a mínusov pri jednotlivých rozhodnutiach. Odborne tomu hovoríme „konzekvenčné analýzy“, čo nie je nič iné, ako sa pýtať: „čo bude, keď...“ a čo bude, čo sa asi stane, keď prijmem druhú alternatívu. Pokúste sa zaradiť do aktivít cvičenia tohto druhu. Aké sú zisky a aké straty pri jednom, druhom, treťom rozhodnutí... ísť do krčmy, čo to prináša pozitívneho a čo negatívneho... Je to zložitá problematika, ale cvičenia na dopady rozhodnutí môžu prispieť ku kvalitnejšiemu rozhodovaniu mladých ľudí, a tým ku kvalitnejšiemu riadeniu svojho života.

V siedmom kroku sú uvedené záverečné myšlienky, rady, poučenia. Dobré je, aby si žiaci niektoré zapísali do svojich denníkov. Informačne táto časť obohatí žiakov v rozlišovaní prejavov netolerancie, medzi rozličnými formami a druhmi netolerancie. Predpokladáme, že žiaci sa už stretli s deklaráciou ľudských a detských práv. Pokiaľ nie, odporúčame lektorom, aby znovu prešli základné ustanovenia, najmä tie, ktoré sa najčastejšie porušujú. Na záver

zavádzame pojem sebaúcty. Definujeme ju ako hodnotu človeka pre neho samotného. Človek, ktorý robí zle a uvedomuje si to, nemá k sebe a hodnotám úctu. Jeho život je menej kvalitný, nebude cenený ľuďmi okolo seba, ani sebou samým. A to je jedna z najväčších strát, čo človeka počas života môže postretnúť!

METODICKÉ POKYNY K LEKCII Č. 18**Chlapec NA VEŠIAKU****Cieľ:**

Cieľom tejto lekcie je zamyslieť sa a osvojiť si postupy a zásady, ako sa dopracovať k disciplíne a k sebadisciplíne. Demonštrujeme ju na troch príhodách. Týkajú sa rozličných vecí, ale majú spoločný leitmotív, ktorým je disciplína.

Postup:

Tému stretnutia možno uviesť cieľom: budeme hovoriť o disciplíne a jej prejavocho, najmä vo voľnom čase mladých ľudí. Jednou zo základných otázok je, AKO a s KÝM mladý človek trávi svoj voľný čas. Možno uviesť príklad chlapca na vešiaku a opýtať sa, či to považujú za vážne porušenie medziľudského správania, alebo či to je len „sranda“, alebo následok nudy, či presadenia neľúbosti k takým typom, ako je chlapec na vešiaku. Možno nadviazať na tému násilia, netolerancie, neúcty k človeku. Prečítať prípad Adama.

1. krok: Prvý prípad sa týka Adama a jeho trávenia voľného času. Téma je vhodná na diskusiu o tom, aby každý člen skupiny povedal, ako trávi svoj voľný čas, čo robí a potom aby sa diskutovalo o otázke, či takéto trávenie voľného času nekradne, „nezabíja“ čas, alebo čo im to dáva, aké sú prínosy a straty takto tráveného voľného času. Dá sa predpokladať, že účastníci povedia, že majú málo možností inak, lepšie tráviť voľný čas. Podporujú to výskumy, ktoré hovoria, že až 52 percent mladých ľudí vo veku 15 – 18 rokov trávi voľný čas jeho „zabíjaním“. Bolo by dobre v tejto časti úvodnej hneď sa ich opýtať, či vedia, čo to je a kde je v ich okolí Centrum voľného času alebo Stredisko záujmových činností. Diskusiu je vhodné zamerať aj na ich skúsenosti z práce v rozličných krúžkoch, čo im dávajú, prečo prestali do nich chodiť a podobne.

2. krok: Účastníci odpovedajú na otázky označené zvončekom. Každý sám a potom sa porovnávajú odpovede. Túto časť možno realizovať anonymne v skupine. Cieľom je konfrontácia, ktorá vedie k uvedomeniu si ceny voľného času pre rozličných jednotlivcov. Istotne v diskusii vznikne problém zábavy, oddychu a iných činností. Nie je vhodné popierať právo na zábavu a odpočinok, diskusia by mohla viesť k dvom záverom: prvým je, či sa nepáchajú škodlivé činnosti, a druhou je, či „zabíjaný“ čas nie je dlhý, veľký a či by nebolo dobre ho využiť inak. Dobre je nadviazať aj na toleranciu a pýtať sa pri každej činnosti (futbal, knihy, kino, fajčenie, chodenie po obchodoch a pod.), čo im to pozitívne prináša a o čo ich tá činnosť okráda, čo je na nich dobré a zlé, nevhodné, čo im vadí. Napríklad, čo vedia o anarchistoch, sprejeroch a iných skupinách, prečo to robia, čo im to prináša a prečo je to aj nevhodné, zlé.

3. krok: Prechod na inú tému – možno uviesť ako samostatné stretnutie. Prečítame prípad Jany. Účastníci vyplnia otázky, ktoré sú pod prípadom. Vyplňovanie robí každý sám. Následne sa reakcie porovnávajú a diskutuje sa o probléme. Cvičenie o tom, čo by urobila Jana, keby ste jej poradili jednotlivé alternatívy, je o empatii, vcítení sa do nej, ale je to tiež o tom, či človek má dôveru v zmenu druhého alebo nie.

Prípady Jany je v podstate o medziľudských vzťahoch a o tom, či sa človek má usilovať o zmenu druhého človeka, alebo to má nechať tak a nestarať sa, aký je druhý človek. Je to aj problém ľahostajnosti a angažovanosti, zaujatia za veci a ľudí, s ktorými prichádzame do styku. Možno rozdiskutovať silnú myšlienku, ktorú sme už uviedli, že „na to, aby zlo prechádzalo (tolerovalo sa) stačí, aby slušní ľudia mlčali.“

4. *krok*: Naformulovali sme, podľa nás, správne a nesprávne reakcie. Lektor si môže voľiť inú preferenciu hodnôt rád. Záver k prípadu číslo dva môže viesť k dvom veciam: po prvé, aby sa účastníci angažovali na zlepšení ľudí, vzťahov a po druhé, aby sa poobzerali okolo seba a aby sa angažovali do sebapoznania (sebareflexie) druhých ľudí a to či už v zmysle pochvaly za dobré postoje, správanie, alebo, čo je ťažšie, proti negatívnym osobnostným prejavom človeka. V našich skupinách sme sa stretli s odporom starať sa o veci druhých – dobre je poukázať na to, že pokiaľ sa oni nebudú angažovať o zlepšenie iných, môže nastať situácia, že oni budú potrebovať pomoc a nikto im ju neposkytne!

Tretí prípad je prípad Deža. Ide o rozličné a rozsiahle porušovanie noriem disciplíny. Dalo by sa povedať, že je to príležitosť prebrať tému za témou: fajčenie, drzé správanie, vzťah k rodičom atď. Najprv prečítame prípad Deža. Potom necháme žiakov odpovedať na otázky. V ďalšom kroku sa vrátíme k jednotlivým otázkam a rozoberieme ich jednu za druhou. Zisťujeme, či majú takých žiakov v triede, aký je ich postoj k fajčiarskej miestnosti (znova tolerancia – netolerancia a disciplína a nedisciplinovanosť), k drogám. Podrobnejšie odporúčame prebrať otázku školského (disciplinárneho) poriadku. Či ho škola má, či ho žiaci poznajú, či ho rozoberali a hlavne, či sú im známe normy správania v škole a osobitne mimo školy. Preberte základné pravidlá slušného správania k druhému pohlaviu, učiteľom, starším osobám na verejnosti a podobne. Ďalšie témy do diskusie:

- šikanovanie v škole a mimo nej – ale aj zo strany učiteľov k žiakom...
- kto je zodpovedný za výchovu? A kto v akom veku? Rodičia? Škola? A čo masmédiá?

Ďalšia časť – krok – je venovaná tvorivej práci žiakov. Treba im dať dostatok času odpovedať na otázky. Je možné použiť metódu skupinovej práce a to tak, že rozdelíme žiakov do dvojíc – trojíc, zvolia si hovorca, pracujú na otázkach a potom hovorcovia vystúpia pred celou skupinou a informujú o svojich odporúčaníach. Nasleduje diskusia, v ktorej sa hľadá zhoda (konsenzus). Možno nadviazať na pravidlá tvorby kompromisov a zlučovania odporúčaní. V závere by bolo vhodné napísať základné dohovory – rady pre Deža a im podobným, čo by mohli urobiť ako spolužiaci.

Následným krokom je prečítanie informácií z výskumov a prieskumov. Okrem pasívneho počúvania by sa žiaci mali zapojiť s návrhmi, čo počuli alebo čítali o podobných veciach. Diskusia by sa mala viesť v týchto krokoch:

1. čo sa stalo;
2. prečo sa to asi stalo – príčiny, kde sa stali chyby;
3. čo by bolo dobre robiť tu a teraz proti tomu.

Pri tomto cvičení možno pripomenúť a porozprávať žiakom o teórii pripisovania príčin (kauzálne atribúcie). Pri príčinách aj pri odporúčaníach treba rozdeliť odpovede do známej tabuľky:

Zmeniteľné príčiny: Relatívne nezmeniteľné príčiny:

Vnútorne, osobnostné príčiny

Vonkajšie príčiny

Vnútornou zmeniteľnou príčinou ja napríklad snaha žiaka byť lepším. Vnútornou relatívne nezmeniteľnou príčinou je napríklad jeho nižšia inteligencia.

Vonkajšou zmeniteľnou príčinou je napríklad mať iných kamarátov – zlí kamaráti. Vonkajšou nezmeniteľnou príčinou (relatívne) je napríklad diktátorský otec, učiteľ, ktorý „sedí“ na žiakovi a podobne.

Máme skúsenosti, že príčiny svojho negatívneho správania, výkonov, umiestňujú žiaci viac mimo seba, ako do seba. Naopak, u druhých ľudí, keď posudzujú ich správanie, častejšie dávajú príčiny do nich, do ich osobnosti, psychiky.

Cieľom aktivity je ukázať, že oveľa častejšie môžeme za svoje správanie my sami, ako si to pripúšťame. Výhovorky na vonkajšie podmienky, alebo osud, šťastie a podobne sú kontraproduktívne, i keď niekedy reálne a existujúce.

Teória umiestňovania príčin a uvedomenia si ich možností zmeniteľnosti (reverzibility) je plodnou teóriou a pomáha v poradenstve, v prevencii, pri náprave a zmene postojov a správania.

Záverčná časť je pointou, najmä údaj, že viac ako 70 percent mladých ľudí konflikty podobného druhu, ako sme opísali, nerieši u seba, a nestará sa do riešenia druhých ľudí, spolužiakov! Možno rozobrať so žiakmi, prečo je to tak.

- ⇒ Majú negatívne skúsenosti, keď sa zastarali do problémov iných?
- ⇒ Nedôverujú dospelým (učiteľom, rodičom, poradcom...), aby problém pomenovali, oznámili a aby sa problém riešil?
- ⇒ Je to „bonzáctvo“, falošné priateľstvo, alebo nedostatok odvahy?
- ⇒ Nechcú mať problémy, starosti?

V závere tejto lekcie možno požiadať žiakov, aby si napísali hlavné body, čo robiť proti nedisciplinovanosti, proti porušovaniu noriem spolužitia. Zopakujeme ich a dobre by bolo znova prebrať hlavné princípy boja proti zlu človeka – zapísať si ich do svojho denníka pre seba, zapamätať si ich a pracovať na ich uskutočnení. Pre kvalitný život je potrebné pracovať na:

- ✓ zlepšení svojej **múdrosti**, myslenia, rozumu, vzdelaní – opakom je hlúposť, nepremyslenosť konania, reagovania;
- ✓ zdokonalení svojej **autoregulácie**, sebapoznania, sebakontroly, sebovládania, sebariadenia – opakom je bezcieľovosť, nezvládnutie seba a podnetov zvonku, chaotické, impulzívne správanie;

- ✓ ovládaní, regulácii svojich impulzov, podnetov, **emócií**, pudov – opakom je nekontrolovaná zlosť, zlá nálada, neláska, strach, úzkosť, smútok, depresie;
- ✓ budovaní pozitívnej, vnútornej motivácie, záujmov, aspirácií, cieľov – opakom je nuda, nezáujem;
- ✓ kultivácii svojich vzťahov s druhými ľuďmi, spolupráci, tolerancii, empatii, úprimnosti, akceptácia, uznaní a ocenení druhých;
- ✓ zdokonaľovaní svojej tvorivosti, ktorá je cestou k riešeniu problémov, ťažkostí v živote a predstavuje súhrn všetkých psychických (mentálnych) kvalít osobnosti a ich prejavov v smere rešpektovania a realizovania všeludských hodnôt, etiky, humanizmu (charakter človeka).

Prajeme Vám všetkým, pedagógom, psychológom, poradcom, lektorom, aby sa Vám podarilo ovplyvniť psychiku, prežívanie, správanie mladých ľudí v smere poľudštenia človeka!

ZÁVEREČNÉ POZNÁMKY

Je prirodzené, že program VIEME, ŽE... nemohol obsiahnuť všetky problémy ľudského asociálneho správania. Vybrali sme také časti, prípady, príhody, o ktorých sme presvedčení, že majú silnú zovšeobecňujúcu výzvu a odkaz pre lektorov aj účastníkov, žiakov. Ich riešenie sa môže stať modelom pri riešení ďalších aktuálnych prípadov, príhod a incidentov.

Program sme koncipovali tak, že aj jednotlivé lekcie v príručke, aj jednotlivé metodické pokyny k lekciam sú oddeliteľné, takže lektor alebo užívateľ môže použiť len niektorú lekciiu tohto programu. V tomto zmysle je program vysoko otvorený, praktický a flexibilný.

Chceme všetkých užívateľov programu, či už celého, alebo jeho častí, vyzvať, aby svoje skúsenosti a poznatky publikovali, poslali autorovi príručky aj metodickéj príručky, aby sme v budúcnosti program VIEME, ŽE... mohli zdokonaľiť.

DOBRÚ, ŠĎASTNÚ CESTU DO VAŠEJ BUDÚCNOSTI!

TEST VIEME, ŽE...

Miron Zelina

©

Milí žiaci a študenti,

predkladáme Vám test, ktorým zisťujeme, čo viete o drogách, násilí, agresii a rasizme a aké sú Vaše postoje a názory na tieto oblasti. Na jednotlivé otázky odpovedajte čo najúprimnejšie. Test nebude slúžiť na Vaše hodnotenie, ale chceme zistiť, čo si mladí ľudia myslia o týchto veciach.

Nikde sa teda nebudú vyskytovať žiadne konkrétne mená, ani nechceme, aby ste sa podpísali, ale chceme, aby ste pravdivo odpovedali tak, ako to cítite, ako rozmýšľate. Nepremýšľajte dlho nad jednotlivými otázkami, napíšte svoj prvý dojem, ten zvyčajne najlepšie vyjadruje Váš skutočný názor.

Zakrúžkuj odpoveď podľa svojho vedomia a presvedčenia:

1. Súhlasil by si so zákazom fajčenia na verejných miestach?

- a) rozhodne áno
- b) áno
- c) skôr nie
- d) nie

2. Súhlasil by si so zákazom užívania alkoholu mimo vyhradených miest? (hostince, kaviarne, bary, bufety)

- a) rozhodne áno
- b) áno
- c) skôr nie
- d) nie

3. Malo by sa povoliť fajčenie na stredných školách na vyhradených miestach?

- a) rozhodne áno
- b) áno
- c) skôr nie
- d) nie

4. Pokiaľ by bol žiak v siedmej, ôsmej triede základnej školy prichytený, že v škole fajčí, podľa Tvojho názoru:

- a) mal by byť už vylúčený zo školy
- b) mal by dostať dvojku zo správania
- c) stačí urobiť s ním pohovor v škole
- d) netreba takýto priestupok trestať
- e) treba to oznámiť rodičom

- 5. Keby Ti ponúkol drogu (marihuanu) spolužiak, čo by si urobil/a?**
- s chuťou by som to skúsil
 - asi by som zo zvedavosti raz skúsil, čo to urobí
 - váhal by som, ale asi by som odmietol
 - rozhodne by som to odmietol
- 6. Myslíš si, že za zlé správanie (priestupky, trestné činy – krádeže, ublíženie na zdraví a pod.) by mali byť mladí ľudia**
- veľmi prísne potrestaní
 - malo by sa prihliadať, že sú mladí a trest by mal byť mierny
 - malo by sa to riešiť len pohovorom
- 7. Po opakovanom zhoršení známky zo správania a dokázateľnom užívaní drog by sa mali maloletí umiestňovať v reedukačných domovoch?**
- súhlasím
 - nesúhlasím
 - neviem
- 8. Ako trest za agresívne správanie a užívanie drog by sa mali pre maloletých zaviesť im primerané verejné práce?**
- súhlasím
 - možno
 - skôr nie
 - nesúhlasím
- 9. Predstav si, že v triede triedna učiteľka povie, že s Tebou bude v lavici sedieť Róm (žid, černocho). Ako by si reagoval?**
- rozhodne by som protestoval
 - v škole by som nepovedal nič, ale doma by som sa sťažoval
 - trochu by mi to vadilo, ale zniesol by som to
 - vôbec by mi to nevadilo
- 10. Keby sa dokázalo, že Tvoj spolužiak ukradol spolužiakovi 500 korún, bol by si za:**
- najprísnejší trest – vylúčenie zo školy
 - podmienečné vylúčenie zo školy
 - zhoršenú známku zo správania
 - pokiaľ by oľutoval a vrátil peniaze, stačí pohovor u riaditeľa
 - je to treba oznámiť rodičom
- 11. Uznávaš telesné tresty?**
- áno, som za, inak sa s mnohými nedá nič iné robiť
 - vo výnimočných prípadoch áno, ale nie tak, aby ho zranili
 - som proti tomu
 - som rozhodne proti telesným trestom doma aj v škole

12. Myslíš si, že ľudia inej farby pleti ako bielej sú menej civilizovaní ako ľudia bielej pleti?

- a) úplne s tým súhlasím
 - b) súhlasím
 - c) je mi to ľahostajné
 - d) nie, nesúhlasím, sú rovnako civilizovaní
-

13. Čo sú abstinenčné príznaky? Napíš:

.....

14. Ktoré sú povolené škodlivé drogy a ktoré sú nepovolené – nelegálne?

Povolené (legálne):

Nepovolené (nelegálne)

15. Pokús sa napísať, čo je „škodlivá závislosť“, aké sú príznaky takejto závislosti, napríklad od alkoholu alebo drog.....

.....

.....

16. Od ktorého roku možno mladého človeka trestať za trestný čin?.....

17. Nad koľko rokov môžu v krčmách, pohostinstvách podať mladému človeku alkohol?

18. Môže byť ten, kto niekomu predá alebo sprostredkuje drogu, trestne stíhaný?

- a) áno
- b) nie
- c) neviem

19. Odhadni, koľko trestných činov spáchajú mladiství na Slovensku za jeden rok (mladistvý je do 18 rokov):

- a) 100
- b) 500
- c) 1 000
- d) 3 000
- e) 5 000
- f) viac ako 8 000

20. Všeobecné tresty sú:

- a) odňatie slobody
- b) strata čestných titulov a vyznamenaní
- c) strata vojenských hodností
- d) zákaz činností
- e) prepadnutie majetku
- f) peňažný trest
- g) prepadnutie vecí
- h) vyhostenie
- i) zákaz pobytu

Zakrúžkuj, ktoré tresty z tohto zoznamu môže dostať mladistvý.

21. Napíš, čo všetko môže mladý človek urobiť, aby nebral drogy, aby neublížoval druhým, nebol rasistom, aby nebol zlým človekom, ktorý nevláda svoje pohnútky?

.....

.....

.....

22. Napíš čo najviac zásad konštruktívnej hádky:

.....

.....

.....

23. Strácaš niekedy, keď si nahnevaný, rozčúlený, „nervy“ a potom to ľutuješ?

- a) nikdy
- b) veľmi zriedka
- c) zriedka
- d) často
- e) veľmi často sa mi to stáva

24. Stáva sa Ti, že nedodržíš svoj režim dňa?

- a) nikdy
- b) veľmi zriedka
- c) zriedka
- d) často
- e) veľmi často

- 25. Stáva sa Ti, že keď niečo čítaš, nemyslíš na to a musíš to čítať znova?**
- a) nikdy
 - b) veľmi zriedka
 - c) často
 - d) veľmi často
 - e) stále, vždy
- 26. Stáva sa Ti, že nedodržíš svoje sľuby?**
- a) nikdy
 - b) veľmi zriedka
 - c) zriedka
 - d) často
 - e) veľmi často
- 27. Stáva sa, že Ti nenapadá, neprichádza na myseľ, čo by si mal povedať, odpovedať, ako reagovať?**
- a) nikdy
 - b) veľmi zriedka
 - c) zriedka
 - d) často
 - e) veľmi často
 - f) vždy
- 28. Ovládaš svoje city, emócie?**
- a) vždy
 - b) niekedy
 - c) zriedkakedy
 - d) nikdy
- 29. Aké je Tvoje najčastejšie riešenie konfliktov?**
- a) kompromisom
 - b) zásadným, nekompromisným riešením
 - c) ústupom
 - d) neriešim to, vyrieši to čas...
- 30. Máš pocit, že Ťa druhí využívajú?**
- a) nikdy
 - b) veľmi zriedka
 - c) zriedka
 - d) často
 - e) veľmi často

31. Budúcnosť vidíš čierne, pesimisticky?

- a) nikdy
- b) veľmi zriedka
- c) zriedka
- d) často
- e) veľmi často
- f) vždy

32. Každý ma ľahko presvedčí

- a) nikdy
- b) veľmi zriedka
- c) zriedka
- d) často
- e) veľmi často
- f) vždy

33. Niekedy sa dobre nekontrolujem

- a) nikdy, vždy sa kontrolujem
- b) veľmi zriedka sa nekontrolujem
- c) zriedka
- d) často sa nekontrolujem
- e) veľmi často

34. Niekedy si myslím, že som dosť neschopný človek

- a) nikdy si to o sebe nemyslím
- b) veľmi zriedka
- c) často
- d) veľmi často

35. Fajčíš cigarety?

- a) pravidelne
- b) zriedkakedy
- c) skúsil som to, ale viac nie
- d) nie, som zásadne proti fajčeniu

36. Piješ alkohol?

- a) pravidelne
- b) veľmi často
- c) zriedka
- d) skoro nikdy, len mimoriadne
- e) nikdy

37. Skúsil si už nejakú zakázanú drogu?

- a) áno, často
- b) áno, ale iba raz - dvakrát
- c) nie
- d) nie, ale chcel by som to skúsiť
- e) nie, ani to nechcem vyskúšať

38. Hráš počítačové hry, alebo iné hazardné hry?

- a) nikdy
- b) veľmi zriedka
- c) často
- d) veľmi často (koľko hodín denne? týždenne?)

39. Koľko času Ti zaberie sledovanie televízie cez víkend (sobota, nedeľa)?

- a) štyri a viac hodín
- b) hodinu denne
- c) hodinu
- d) menej ako hodinu

40. Mal si už zhoršenú známku zo správania?

- a) áno, viackrát
- b) áno
- c) nie
- d) nie, ale už mi hrozilo, že ju dostanem

41. Koľko máš rokov?

42. Pohlavie: muž - žena

43. Druh školy, do ktorej chodíš

- základná škola
- stredné odborné učilište (bez maturity)
- stredné odborné učilište (s maturitou)
- stredná odborná škola s maturitou
- osemročné gymnázium
- štvorročné gymnázium

44. Tvoj prospech na ostatnom vysvedčení:

- prospel s vyznamenaním
- prospel veľmi dobre
- prospel
- neprospel

45. Čo by si chcel urobiť pre seba, aby si bol lepším, dokonalejším človekom?

.....
.....

46. Čím chceš byť v budúcnosti?

- akú školu absolvovať?

- aké povolanie chceš mať?

47. Napíš, ako si sa cítil pri vyplňovaní tohto testu (zaujal ma, normálne, bol som v napätí, vyplnil som ho pravdivo, cítil som sa mizerne) Napíš:

.....
.....

Ďakujeme za vyplnenie testu!

INŠTRUKCIE PRE HODNOTITEĽOV TESTU VIEME, ŽE...

Nasledujúci text je len pre lektorov, učiteľov, psychológov, preventistov, poradcov, realizovateľov programu Vieme, že...

Jeho účel, cieľ je najmä v tom, že test sa má dať na začiatku programu a na konci, prípadne po nejakom čase – dva mesiace, polrok, rok (katamnestické sledovanie), aby sa porovnaním skóre v skúmaných oblastiach zistilo, či sa vedomosti, názory a postoje posunuli pozitívnejším smerom alebo zhoršili, či ostali rovnaké.

Test je možné dávať aj žiakom bez absolvovania programu VIEME, ŽE..., aby sa zistili postoje a názory žiakov, aby sa identifikovali **rizikový jednotlivci** (aj keď je to anonymný test). Pri identifikácii určitého počtu „rizikových“ jednotlivcov treba použiť ďalšie, individuálne techniky a metódy, aby sa žiak identifikoval a mohla sa robiť prevencia, poradenská činnosť, individuálny výchovný program (IVP).

Skladba testu:

Test sa skladá z troch oblastí:

Prvá časť skúma *postoje* k drogám, násiliu, agresii a rasizmu, toleranciu k týmto javom. Sú to otázky 1 až 12.

Druhá časť sa týka *vedomostí*, poznatkov, informácií o drogách a násilí – sú to otázky číslo 13 až 22.

Tretia časť sa týka *autoregulácie* (sebakontroly, sebaovládania) a sebavedomia žiakov. Predpokladáme, že žiak s problémami v sebavedomí (Self-concept) má aj zhoršenú autoreguláciu. Túto oblasť sledujú otázky číslo 23 až 34.

Štvrtá časť obsahuje identifikačné otázky. Sú to otázky číslo 35 až 47. Pokiaľ sú možnosti, treba dodať otázku 48, ktorá by mohla znieť: „Chceš sa poradiť o svojich problémoch s odborníkom? (psychológom, poradcem)?“ Niektoré z týchto otázok možno vyhodnotiť samostatne (fajčenie, alkohol, sledovanie televízie, gamblerstvo...).

Vyhodnotenie:

Prvá časť – postoje:

Otázka č. 1 – za a) odpoveď dva body; za b) odpoveď jeden bod.

Otázka č. 2 – dva body za a) odpoveď; jeden bod za b) odpoveď.

Otázka č. 3 – bod za c); dva body za d).

Otázka č. 4 – dva body za odpoveď a); jeden za b) a e).

Otázka č. 5 – c) jeden bod; d) dva body.

Otázka č. 6 – a) dva body; b) jeden bod.

Otázka č. 7 – za a) jeden bod .

Otázka č. 8 – a) dva body; b) jeden bod.

Otázka č. 9 – a) dva body; d) jeden bod.

Otázka č. 10 – a) dva body; b) a c) jeden bod.

Otázka č. 11 – a) dva body; b) jeden bod.

Otázka č. 12 – a) dva body; b) jeden bod.

Celkove môže v oblasti postojov získať minimálne nula bodov, maximálne 23 bodov.

Kto má nulu a do sedem bodov, je tolerantný, pripúšťa fajčenie, užívanie alkoholu, nie je za prísne tresty; nevadilo by mu sedieť v lavici s Rómom; je proti telesným trestom; ľudia rozličnej farby pleti sú rovnako civilizovaní, atď. Táto skupina môže tvoriť „rizikovú“ skupinu z pohľadu negatívnych javov.

Kto má 14 a viac bodov, neznáša, nie je tolerantný k fajčeniu, alkoholu, drogám, rasizmu, krádežiam, telesným trestom, negatívnym javom. Uznáva prísne normy, zásady.

To znamená, že čím viac bodov získa, tým má menej tolerantnejší postoj k násiliu, drogám, negatívnym javom. Je za prísne tresty, radikálne odmieta drogy, je netolerantný.

Druhá časť – vedomosti:

13. otázka – za úplnú odpoveď 2 body, za čiastočnú jeden bod, za nevedomosť nula bodov.
14. otázka – 2 body za vyplnenie všetkých drog, jeden bod, keď vymenuje len niektoré, za ostatné nula bodov.
15. otázka – uznávajú sa dvoma bodmi odpovede: branie návykovej látky, alebo uskutočňovanie činností, ktorá mu škodí. Psychický stav, v ktorom človek pomocou nejakej látky alebo činnosti uspokojuje svoje základné potreby (rieši svoje problémy) a postupne konzumácia tejto látky alebo opakovaním činnosti (gambling) nekontrolovateľným spôsobom zasahuje do života subjektu, ovláda jeho čas, psychiku, sociálne vzťahy. Závislosť je nekontrolovateľná a neovládateľná správanie človeka, keď nastáva rozpor medzi tým, čo chce robiť a medzi tým, čo skutočne robí. Dva body za vystihnúť podstaty, jeden za náznak poznania závislosti a nula bodov za nesprávne odpovede alebo chýbajúce.
16. otázka – od 14 rokov podľa nového zákona, od 18 podľa starého – za 14 rokov dva body, za 15 rokov jeden bod.
17. otázka – dva body za správnu odpoveď – nad 18 rokov.
18. otázka – správna odpoveď je a) – dva body.
19. otázka – správna odpoveď je viac ako 3 000 – dva body; jeden bod za 5 000.
20. otázka – a), g), h), f) (ak je zárobkovo činný) a d) sú tresty pre mladistvých – ostatné nie. Dať len jeden bod, ak zakrúžkuje aspoň dve; dva body, keď presne zakrúžkuje tresty pre mladistvých.
21. otázka – dva body, keď vymenuje niečo z tohto zoznamu: cvičiť sebaovládanie; cvičiť vôľu; dodržiavať sľuby; uznávať a konať podľa správnych hodnôt a podobne. Podľa zväženia posudzovateľa.
22. otázka – nad 5 zásad dva body, menej, ale správnych, jeden bod, nesprávne odpovede alebo chýbanie nula bodov.

Maximálne body za vedomosti sú 19 bodov, minimálne nula. Čím viac bodov, tým viac vie o skúmaných negatívnych javoch a opatreniach.

Tretia oblasť – autoregulácia a sebavedomie:

23. otázka: d) jeden bod, e) dva body.
24. otázka: d) dva body; e) jeden bod.
25. otázka: d) jeden bod; e) dva body.
26. otázka: d) jeden bod; e) dva body.
27. otázka: d) jeden bod a e) a f) dva body.
28. otázka: c) jeden bod; d) dva body.
29. otázka: c) jeden bod; d) dva body.
30. otázka: d) jeden bod; e) dva body.
31. otázka: d) jeden bod; e) a f) dva body.
32. otázka: d) jeden bod; e) a f) dva body.
33. otázka: c) jeden bod; d) a e) dva body.
34. otázka: c) jeden bod a d) dva body.

Spolu za zlú autoreguláciu a nízke sebavedomie môže získať maximum 24 bodov; minimum nula.

Identifikačné údaje:

Každú otázku možno vyhodnocovať separátne ako sekundárne hľadisko analýzy, napr. či majú horšie postoje, vedomosti alebo autoreguláciu: chlapci – dievčatá; z akých škôl; akého prospechu; mladší – starší; fajčiari – nefajčiari; užívatelia alkoholu – neužívatelia; užívatelia drog – neužívatelia; hráči – nehráči; sledovatelia televízie – nesledovatelia; so zlým správaním – dobrým, atď. Ako terciárnu analýzu je možné zoskupovať napr. fajčiarov, hráčov a alkoholikov alebo žiakov, čo sa slabo učia, horšie správajú a podobne.

Sekundárnu a terciárnu analýzu je možné robiť vo väčších súboroch.

Na základe uvedeného je možné:

1. posudzovať účinnosť programu Vieme, že...
2. identifikovať žiakov rizikových, problémových
3. skúmať a porovnávať rozličné súbory
4. uskutočňovať prieskumy, výskumy (rigorózne, diplomové, dizertačné práce)

Je možné používať skrátený test, použiť len niektoré oblasti.

Boli by sme radi, keby tí, ktorí použijú tieto merné nástroje, podali o tom informáciu zostavovateľovi testu, aby sa mohli vypracovať širšie normy. Teória autoregulácie vychádza najmä z teórie Pitricha a kol. z diela *Handbook of Self-regulation*.

Bratislava, november 2007

Prof. PhDr. Miron Zelina, DrSc.
e-mail: zelina@fedu.uniba.sk

Milí spolupracovníci, kolegovia, lektori,

ako dodatok, pribalený darček, vám chceme pridať niekoľko dotazníkov na identifikovanie postojov a názorov žiakov na uvedené otázky a problémy obsiahnuté v programe VIEME, že... a návrh aktivít na rozvoj tolerancie a prekonávanie rasizmu.

Dotazník identifikácie kriminálneho správania

Na nasledujúce otázky odpovieš tak, že zakrúžkuješ odpoveď, ktorú si si vybral. Pri niektorých otázkach napíšeš, prečo si to myslíš.

1. Je tvojou povinnosťou, aby si si v škole sám dával pozor na svoje veci?
Áno - nie
2. Dávaš si vždy dobrý pozor na svoje veci?
Áno - nie
3. Ak šikanuješ spolužiaka, ide o kriminálne správanie?
Áno - nie
4. Už ti niekedy ukradli bicykel alebo kolieskové korčule?
Áno - nie
5. Je prepichnutie duše na bicykli kriminálnym správaním?
Áno - nie
6. Ak šikanuješ/trápiš učiteľa alebo učiteľku, je to kriminálne správanie?
Áno - nie
7. Kupuješ rifle. Predavačka ti vydá o 400 korún viac, ako mala. Necháš si tie peniaze?
Áno - nie
8. Všimneš si, že niekto v obchode kradne. Čo urobíš?
- Povieš: „Vráť to naspäť, nebuď hlúpy.“
- Zdá sa ti to v poriadku a nič nepovieš?
- Upovedomíš vedúceho obchodu alebo strážnu službu.
9. Na školskom dvore sa bijú chlapci. Stojí okolo nich hŕba ľudí. Čo urobíš?
- Ostaneš mimo, neurobíš nič.
- Ideš tam, aby si bitkárov povzbudzoval.
- Upovedomíš riaditeľa školy.
- Upovedomíš políciu.

Nasleduje zoznam udalostí, ktoré sa z času na čas stávajú. Najprv si ho celý prečítaj. Chceli by sme vedieť, či sa ti niektorá z nich stala (či si ju sám už zažil), alebo či si niečo z toho už niekedy sám urobil. Takisto sme zvedaví na to, či podľa teba tieto veci súvisia s kriminalitou (či ide o porušenie zákona), alebo nie.

Ak sa ti to už Stalo, zakrúžkuj písmeno S.

Ak si to sám Urobil, zakrúžkuj písmeno U.

Ak to podľa teba súvisí s Kriminalitou, zakrúžkuj písmeno K.

Ak to podľa teba Nesúvisí s Kriminalitou, zakrúžkuj písmená NK.

Ak nevieš odpovedať, zakrúžkuj otáznik (?).
Môžeš zakrúžkovať aj viac písmen odrazu.

Príklady

Ak sa ti už Stalo, že ti niekto ukradol tašku, a považuješ to za Kriminálne správanie, zakrúžkuj písmená S a K.

Ak si už niekedy šikanoval spolužiaka, teda si to ty Urobil, a Nezdá sa ti to Kriminálne, zakrúžkuj písmená U a NK.

Ak sa ti už Stalo, že ti niekto prepichol dušu na bicykli, ale nevieš, či to je kriminálne správanie, zakrúžkuj písmeno S a otáznik.

(S = Stalo sa mi to; U = sám som to Urobil; K = Kriminálne; NK = Nie Kriminálne;
? = neviem.)

1. Kradnutie v obchode.	S	U	K	NK	?
2. Krádež spolužiakových tenisiek alebo vetrovky.	S	U	K	NK	?
3. Šikanovanie, trýznenie spolužiaka.	S	U	K	NK	?
4. Zobrať niekomu veci, napríklad perá alebo zošity.	S	U	K	NK	?
5. Byť prinútený urobiť niečo, čo vlastne nechceš robiť.	S	U	K	NK	?
6. Kradnutie oblečenia.	S	U	K	NK	?
7. Mať rodinu, ktorá prišla do styku s políciou.	S	U	K	NK	?
8. Predávanie ukradnutých vecí.	S	U	K	NK	?
9. Vrecková krádež.	S	U	K	NK	?
10. Robiť naschvál neporiadok.	S	U	K	NK	?
11. Niekoho zbiť.	S	U	K	NK	?
12. Byť zbitý.	S	U	K	NK	?
13. Fajčiť marihuanu.	S	U	K	NK	?
14. Fajčiť cigarety.	S	U	K	NK	?
15. Založenie požiaru.	S	U	K	NK	?
16. Rozbíjanie okien.	S	U	K	NK	?
17. Báť sa iných.	S	U	K	NK	?
18. Vyhrážanie sa.	S	U	K	NK	?
19. Vlamanie.	S	U	K	NK	?
20. Prepadnutie.	S	U	K	NK	?

Teraz nasleduje niekoľko výrokov. Napíš, či s nimi súhlasíš, alebo nesúhlasíš, a prečo. Ak s výrokom súhlasíš, zakrúžkuj slovo „súhlasím“. Ak s výrokom nesúhlasíš, zakrúžkuj slovo „nesúhlasím“.

1. Chlapci sú agresívnejší ako dievčatá. Súhlasím / nesúhlasím
Prečo?
2. Ohováranie niekoho vyvoláva veľa bitiek. Súhlasím / nesúhlasím
Prečo?
3. Cudzinci majú vždy pri sebe zbraň, preto si treba dávať na nich pozor. Súhlasím / nesúhlasím
Prečo?
4. Ak máš pri sebe zbraň, si v bezpečí. Súhlasím / nesúhlasím
Prečo?
5. Vo väzeniach je nedostatok miesta, takže sa do väzenia aj tak nedostaneš. Súhlasím / nesúhlasím
Prečo?
6. Ak si už raz všetkým na posmech, už na tom nič nezmeníš. Súhlasím / nesúhlasím
Prečo?
7. Ideš s kamarátom po ulici. Kamaráta napadnú. Pomôžeš mu alebo nie? Pomôžem / nepomôžem mu
Prečo?
8. Jediný spôsob, ako vyriešiť spor, je bitka. Súhlasím / nesúhlasím
Prečo?

Aktivity na rozvoj tolerance, prekonávanie xenofóbie a rasizmu

V tejto časti uvedieme rôzne typy hrových aktivít, ktoré rozvíjajú jednotlivé charakteristiky osobnosti detí mladšieho a staršieho školského veku a zameriavajú sa na prekonávanie možných prejavov xenofóbie a rasizmu. Súčasťou prekonávania týchto prejavov je v konečnom dôsledku rozvoj tolerance, pozitívny vzťah k ľuďom inej národnosti, inej farby pleti, iných názorov a vierovyznania. Pravidelné zaraďovanie týchto aktivít pomôže deťom poznávať samých seba, pochopiť správanie druhých, rozvíjať pozitívne vzájomné vzťahy, hodnotiace myslenie a vzájomnú komunikáciu.

Navrhnuté hrové aktivity môžeme zaradiť priamo do vyučovacieho procesu v jednotlivých vyučovacích hodinách, v mimoškolských činnostiach školských klubov a pri rôznych činnostiach výchovného charakteru. Výber a zaraďovanie konkrétnej aktivity si treba dôkladne premyslieť. Tieto aktivity by mali mať vnútornú nadväznosť a postupnosť podľa miery rozvoja jednotlivých psychických funkcií osobnosti dieťaťa. Keď zaradíme niektorú z náročnejších aktivít, mali by jej predchádzať prípravné hry a cvičenia. V takejto postupnosti sú uvedené aj predložené aktivity.

Hrové aktivity môže využívať každý pedagóg po ich podrobnom preštudovaní. Na zaraďovanie každej aktivity sa treba dôkladne pripraviť po obsahovej aj materiálnej stránke. Pred začatím uplatňovania aktivít je vhodné prečítať si celý materiál, aby sme sa vyhli prípadným nedostatkom a neúspechu.

V každej aktivite je potrebné dodržiavať požiadavku, aby všetci účastníci vyjadrovali svoje pocity. Pedagóg by mal citlivo, ale dôsledne dbať na to, aby sa deti vyhli všeobecným vyjadreniam typu „My všetci“ a vyjadrovali sa „Ja si myslím“, „Ja cítim“. Ďalšou dôležitou požiadavkou je rozlišovanie medzi hodnotením a oceňovaním. Pedagóg vedie deti k tomu, aby uprednostňovali oceňovanie pred hodnotením, takisto by sa mal vyjadrovať aj on vo vzťahu k deťom. Jednoduchým rozlíšením je, že hodnotenie sa zvyčajne začína druhou osobou, kým oceňovanie je väčšinou v prvej osobe jednotného čísla. Podrobnejšie sa tejto problematike venujeme pri pravidlách hrových aktivít.

Prečo hrové aktivity?

Hra je pre každého človeka, a najmä pre deti, tou najprirodzenejšou činnosťou. Hra:

- je taká stará ako kultúra;
- rozvíja fantáziu, imagináciu, tvorivosť;
- rozvíja vnímanie a s tým súvisí aj rozširovanie vedomostí;
- pomáha prekonávať negatívne emócie, ako je strach, úzkosť, pocit menejcennosti a rozličné zábrany a predsudky;
- pomáha lepšie porozumieť sebe samému a učiť, ako byť sám sebou;
- vytvára atmosféru vzájomnej dôvery;
- upevňuje vzťahy medzi ľuďmi;
- zlepšuje komunikáciu;
- umožňuje väčšiu sebarealizáciu;
- pomáha zbaviť sa stereotypov myslenia;
- pomáha riešiť spoločenské problémy a konflikty prostredníctvom modelových situácií.

Pri zaraďovaní hrových aktivít je dôležité, aby si pedagóg vždy uvedomil, kedy akú hru zaradiť a ako ju správne uviesť. Vhodné je zaradiť pohybové aktivity na oživenie náročnejších hier. Pedagóg sa tiež môže zapojiť do hry a nemusí pritom stratiť svoju prirodzenú autoritu. Dôležité je deti správne motivovať, dobre zorganizovať hru, mať na ňu dostatočný čas a vytvoriť príjemné prostredie. Pedagóg by mal prihliadať na špecifické znaky skupiny detí, s ktorou bude pracovať. Ak sa deti poznajú, napríklad ide o školskú triedu, záujmovú skupinu a podobne, zvolí iné hry ako pre skupinu detí, ktoré sa vidia prvý raz a pritom ide len o krátkodobé stretnutie. Vtedy je potrebné, aby na začiatok zaradil niekoľko zoznamovacích a rozohrievacích aktivít.

Hry po predchádzajúcej príprave detí sa dajú používať aj jednotlivo. Podľa výberu pedagóga a pri skupine, ktorá spolupracuje dlhšie časové obdobie, sa môže použiť celý súbor hier. Výchova k tolerancii nie je jednorazovou záležitosťou, ale je potrebné pôsobiť systematicky a premyslene. Tolerantné správanie si neosvojí nikto na základe jednej aktivity.

Navodenie atmosféry, motivácia

Každá hra si vyžaduje osobitnú motiváciu a záleží na tvorivosti pedagóga, ako bude deti motivovať. Hry treba uvádzať čo najnezvyčajnejším spôsobom, napríklad ju uvedieme ako chyták, paradox, rozpor, vhodná je aj dramatizácia alebo atraktívny názov. To všetko vzbudzuje zvedavosť a očakávanie. Na navodenie príjemnej atmosféry vplýva aj vhodne zvolená hudba a estetické prostredie s dostatočným priestorom, s možnosťou variabilne meniť plochu, v ktorej sa budú aktivity odohrávať.

Pravidlá

Treba si ich vopred poriadne premyslieť a počas hry dodržiavať, už nemeniť. Vysvetlenie má byť jasné a stručné, účastníci majú mať možnosť pýtať sa na to, čo im nie je jasné. Ak ide o zložitejšiu hru, treba vopred umiestniť pravidlá na viditeľnom mieste.

Na začiatku všetkých stretnutí, pri ktorých sa hry použijú, pedagóg uvedie všeobecné pravidlá a sleduje ich dodržiavanie:

- Deti hovoria len o tom, čo sa odohráva počas hry, a o svojich pocitoch, ktoré v nich aktivita vyvoláva.
- Na porozumenie toho, čo sa deje v každom dieťati a medzi nimi navzájom, sú cennejšie subjektívne zážitky každého ako teoretické a všeobecné úvahy.
- Výsledky práce celej skupiny závisia od toho, či každý chce hovoriť a aj hovorí o svojich pocitoch vo vzťahu k iným a či chce informáciu o tom, ako ho vnímajú iní.
- Deti sa sústredia na to, čo hovoria a robia druhí, a snažia sa pochopiť, čo pri tom cítia.
- Pedagóg podporuje deti v tom, aby sa zbavili obavy z riskovania, zaužívaných stereotypov a konformity, lebo bez riskovania je akákoľvek činnosť len opakovaním a kopírovaním toho, čo už vieme.
- Deti robia každú činnosť len na základe dobrovoľného rozhodnutia, bez násilného donucovania.

Rozdelenie do skupín

Vopred si treba premyslieť spôsob delenia do skupín. Môže sa to robiť napríklad rozpočítaním, náhodne, žrebovaním, prípadne zoradovaním podľa určitých kritérií. Podľa toho, akú hru ideme hrať, dbáme aj na to, aby boli proporcionálne rozdelené dievčatá a chlapci, alebo bol v každej skupine niekto, kto vie napríklad rečniť, je dobrý organizátor a podobne.

Priebeh a zakončenie hry

Počas hry je vhodné deti povzbudzovať, udržiavať nadšenie, pochváliť. Pedagóg sleduje čas a oznamuje, koľko je ešte do splnenia úlohy. To však neznamená, že bude hráčov znervózňovať. Veľmi je dôležité aj to, ako hru zakončíme. Každá aktivita si vyžaduje iný spôsob zakončenia. Pri väčšine hier ho aj uvádzame. Všeobecne platí, že je potrebné nechať dostatočný priestor na to, aby mal každý účastník možnosť vyjadriť svoj názor, svoje pocity, spätnú väzbu oceňovania, nie hodnotenia spoluhráčov.

Po ukončení celého naplánovaného cyklu hier je účinné, keď pedagóg zaradí jednu alebo dve aktivity, ktorými si deti vyjadria vzájomnú dôveru, súdržnosť, sympatiu a dobré pranie do budúcnosti.

Zoznamovacie a rozohrievacie aktivity

Používajú sa pri prvom stretnutí, na začiatku školského roku alebo pri inej príležitosti, keď chceme, aby sa deti medzi sebou zoznámili a aby sa vytvorila príjemná a podnetná atmosféra. V takejto atmosfére sa účastníci zbavia zábran a voľnejšie vyjadrujú svoje pocity, neboja sa výsmechu a nechajú voľný priebeh svojej fantázií.

Cieľ: zoznámenie a zapamätanie mien.

Materiály: k niektorým aktivitám treba použiť háčky papiera, fixky, farebné ceruzky.

Vek: pre všetky vekové skupiny.

Priestor: akákoľvek miestnosť alebo vonkajší priestor s možnosťou sedieť v kruhu.

Počet osôb: podľa počtu detí v triede.

Čas: podľa potreby.

Zapamätávanie mien

- Deti sedia v kruhu a predstavujú sa krstným menom s tým, že každý pridá k nemu aj prídavné meno, ktoré ho nejako charakterizuje. Napríklad: Kučeravá Katka, Romantický Roman, mená postupne všetci opakujú. V obmenách vždy všetci opakujú mená ostatných.

Obmena:

- Priradiť k svojmu menu zviera. Napríklad: Peter - lev, Mirka - myška a podobne.
- Zaspievať svoje meno.
- Vytlieskať svoje meno - vyjadriť tým skôr svoj temperament, ako len vytlieskanie podľa slabík.
- Dieťa, ktoré začína, povie svoje krstné meno a pokračuje tým, že hovorí: Ja som Mária, po mojej pravej ruke sedí Anka a po ľavej ruke sedí Ivan, pokračuje tým istým spôsobom Anka a ostatní dovedy, kým sa vystriedajú všetci účastníci.
- Malá obmena: začína Mária, predstaví sa a Ivan pokračuje tým, že predstaví sa a Máriu. Ďalší pridá svoje meno a zopakuje predchádzajúce. Posledný už opakuje mená všetkých detí.
- Z dostupného materiálu si každé dieťa urobí čo najoriginálnejšiu menovku.
- Deti si hádžu loptičku a pri tom musia povedať meno toho, komu ju hodia. Tempo sa stále zvyšuje.
- Deti sú rozptýlené po miestnosti, jedno drží v ruke kľbko. Ten hráč, ktorý drží v ruke kľbko, povie svoje meno a priradí k nemu pozitívnu vlastnosť, ktorú si na sebe cení. Koniec vlákna si nechá v ruke a kľbko hodí ďalšiemu. Hra pokračuje, kým sa všetci hráči vystriedajú. Hru začína pedagóg. Po vyjadrení pocitov, ktoré hru sprevádzali, hra pokračuje tým, že kľbko sa naspäť navíja a deti hovoria meno a vlastnosť predchádzajúceho.

Krstné meno je pre každého človeka veľmi dôležité, preto týmto aktivitám je potrebné venovať dostatočný priestor. Každému dobre padne, ak ho iní oslovujú krstným menom, ak si ho pamätajú. Keď učiteľ v škole osloví jedného žiaka Janko, druhého priezviskom

a tretiemu nevie ani na meno prísť, deti to pociťujú ako veľkú krivdu. Tento pocit pretrváva aj v dospelosti. Veľmi významní ľudia si dokázali zapamätať neuveriteľne veľa mien, hovorí sa, že Ford poznal podľa mena všetkých pracovníkov vo svojej továrni. Tajomstvom úspechu významných ľudí bolo, že si dokázali zapamätať krstné mená všetkých ľudí, s ktorými prichádzali do styku. O to by sa mal snažiť každý z nás.

Vzájomné spoznávanie a zblížovanie

- Deti stoja v kruhu. Spočiatku podľa pokynu pedagóga, neskôr na základe návrhov ostatných vstupujú do kruhu.

Návrhy na vstupovanie do kruhu:

- znamenie, v ktorom sa dieťa narodilo (Panna, Lev, Blíženci a pod.);
- kto rád číta detektívky (historické romány, cestopisy a pod.);
- kto má doma zvieratko;
- kto navštívil iný kontinent;
- kto má brata, sestru;
- kto aktívne športuje;
- kto hrá na hudobnom nástroji a podobne.

Obmena: označia sa dva opačné konce miestnosti a deti sa zoskupujú v nich podľa kritérií.

- Deti sa voľne a rýchlo pohybujú po priestore – v miestnosti – alebo vo voľnej prírode. Na pokyn pedagóga vytvárajú zoskupenia podľa toho, aké číslo povie. Kto sa nezaradí do zoskupenia, vypadáva z ďalšej hry.
- Rozličným pohybom sa pridelia čísla, napríklad: zdvihnutie pravej ruky dostane číslo 1, zdvihnutie ľavého kolena dostane číslo 2, atď. až po číslo 9. Pedagóg hovorí čísla, najprv pomaly a neskôr pokyny zrýchľuje a deti pohybom znázorňujú čísla.
- Deti vytvoria malé skupiny po 6 – 8 členov. Urobia tesný kruh s rukami pred sebou a vždy jeden hráč so zažmúrenými očami v kruhu voľne padá sem a tam na rôzne strany. Spoluhráči ho vždy bezpečne zachytia a posunú do pôvodnej polohy.
- V miestnosti znie hudba a deti sa pohybujú so zviazanými očami. Po zastavení hudby si bez slov navzájom podávajú stále s iným dieťaťom ruky.

Obmena: Namiesto podávania rúk si hráči vyjadrujú neverbálne raz sympatie, inokedy odmietanie. Ďalším variantom sú vzájomné dotyky so zviazanými očami, aby sa deti snažili vzájomne spoznať.

- Každé dieťa si na hárok papiera napíše 10 pre neho symbolických čísel. V skupine vyhľadáva partnerov, ktorí majú rovnaké čísla, a keď sa dozvedia, prečo je pre partnera číslo významné, vyčiarknu si ho zo zoznamu. Od každého môže dieťa dostať len jednu odpoveď. Miesto čísel sa môžu použiť farby, mestá alebo zvieratá.

Zoznamovacie aktivity

- Na hárok tvrdého papiera nakreslí každé dieťa farebnými pastelkami svoj erb. Erb vyjadruje charakteristické vlastnosti a záujmy dieťaťa. Vytvorené erby sa rozložia a účastníci hádajú, komu jednotlivé erby patria. Nakoniec každý povie, čo chcel erbom vyjadriť.

- Dvojice robia interview. V časovom limite 5 minút na jedného majú o sebe získať čo najviac informácií. Potom v skupine každý predstaví svojho partnera.
- Na hárok tvrdého papiera každý hráč nakreslí uhlopriečku. V strede uhlopriečky je súčasná životná situácia, začiatok uhlopriečky znázorňuje narodenie, koniec uhlopriečky záver života. Dieťa zdôrazní na uhlopriečke udalosti, ktoré sú pre neho dôležité. Nakoniec deti postupne rozprávajú o tom, čo znázornili. Aktivita je dôležitá pre každého jednotlivca, aby sa zamyslel nad tým, čo dosiaľ dosiahol a čo očakáva od budúcnosti.

Obmena: namiesto uhlopriečky môžu deti nakresliť cestu a životné udalosti znázornia dopravnými značkami, ľubovoľnými obrázkami alebo symbolmi. Svoj život môžu znázorniť aj pomocou mapy.

- Ďalšou možnosťou tejto hry je spojenie vlastného života so životom spoločnosti, širšieho sociálneho prostredia a rodiny. Deti majú možnosť vyjadriť svoje predstavy o budúcnosti spoločnosti a konfrontovať ich so svojou hodnotovou orientáciou a reálne predstavy s osobnými želaniami.
- Ako písať denníček, ktorý mi pomôže v sebarozvoji a pri dosahovaní túžob a cieľov? Pedagóg touto aktivitou inšpiruje členov skupiny, aby sa vlastným úsilím snažili ovplyvniť svoj budúci život. Je potrebné, aby si každé dieťa denne zaznamenávalo dôležité udalosti. Pri zapisovaní dbá o to, aby udalosti nielen opísalo, ale aby sa zamyslelo a uviedlo odpovede na tieto otázky: 1. Čo som urobil? 2. Prečo som to urobil takto? 3. Ako som k tomu dospel, je to v súlade s mojou hodnotovou orientáciou a presvedčením? 4. Ako by som to urobil inakšie? Súčasťou denníka by mali byť predsavzatia do budúcnosti, reálne vytýčené ciele s časovou postupnosťou ich dosahovania. Reflexia v denníku sa robí vzhľadom na vytýčené ciele.
- Úlohou detí je zostaviť stroj, napríklad auto, autobus, vlak, žeriov alebo výrobnú linku. Zostavovanie začína pedagóg alebo jedno dieťa, ktoré tvorí prvú súčiastku stroja. Ostatné deti postupne zostavujú celý stroj. Keď je stroj hotový, deti-súčiastky ho uvedú do pohybu. V záverečnej diskusii o aktivite deti opisujú svoje pocity a to, ako vnímali spoluprácu ostatných.

Obmena: úlohou detí je zostaviť orchester s dirigentom.

- Úlohou detí v trojiciach je vytvoriť reálny alebo vymyslený hudobný nástroj z vlastných tiel a zahrať melódiu. Po predstavení každého nástroja môžu zahrať spoločnú melódiu.

Hry na rozvíjanie osobnosti a tvorivosti

Sú určené na to, aby mohol každý zažiť pocit dôležitosti, hodnoty a nenahraditeľnosti pre skupinu. Deti sa naučia navzájom počúvať, rešpektovať aj iné názory ako vlastné, tolerovať správanie iných. Hry umožňujú všetkým, aby si uvedomili svoje schopnosti, nadanie a dobré vlastnosti.

V konkurenčnom prostredí, napríklad v triede, nemá prospěchovo slabší žiak možnosť zažiť úspech. Mnoho ráz si ho nikto nevšima, iba v tom prípade, keď urobí niečo nevhodné. Potom sa stáva, že takýto žiak, aby si ho vôbec všimli, musí urobiť nejaký priestupok, a tak na seba upozorniť. Dobrý pedagóg má vytvárať situácie, v ktorých by sa mohol aj prospěchovo slabší žiak, aj žiak s problémami v správaní pozitívne prejavíť. V aktivitách, ktoré tu uvádzame, dostáva každý možnosť, aby vynikol a zažil úspech. Takúto požiadavku spĺňajú najmä hry na rozvíjanie tvorivosti. Tvorivosť je vlastnosť osobnosti, ktorú má vo väčšej alebo menšej miere každý človek, a čo je dôležité, dá sa rozvíjať u každého človeka a v každej činnosti. Každodenne zažívame situácie, pri ktorých sme nútení sústavne niečo hodnotiť a na niečo tvorivo reagovať.

V škole nám však väčšinou podávajú hotové fakty a nezvratiteľné pravdy, teda pravý opak toho, čo potrebujeme v živote. Je to tak, akoby nás v škole učili hrať futbal a v živote od nás požadovali, aby sme hrali tenis. Pri úlohách, ktoré si vyžadujú používať fantáziu, imagináciu, originalitu, sa proporcionálne rozvíja aj pravá mozgová hemisféra, ktorá sa v tradičnej škole zanedbáva. V úlohách, hrách a aktivitách na rozvíjanie tvorivého myslenia požadujeme od detí, aby produkovali čo najviac myšlienok, nápadov, aby boli čo najrozmanitejšie a čo možno najoriginálnejšie. Pri produkcii netreba nikoho v ničom obmedzovať a snažiť sa, aby aj prostredie a atmosféra pomáhali rozvoju tvorivosti.

Ciel: uvedomenie si vlastných schopností a dobrých vlastností.

Materiály: hárky papiera, zápisníčky a potreby na písanie.

Vek: pre všetky vekové kategórie.

Priestor: akákoľvek miestnosť alebo otvorený priestor s možnosťou sedenia v kruhu a voľného pohybu.

Počet osôb: podľa počtu detí v triede.

Čas: do 30 minút.

- Deti sedia alebo stoja v kruhu, držia sa za ruky prípadne okolo pliec. Postupne alebo náhodne sa vyjadrujú o ľubovoľne zvolených témach. Tému vyberá pedagóg a môžu ju určovať aj deti. Témou môže byť jednoduché oznámenie až po zložité vyjadrenie pocitov, sympatie alebo antipatie. Napríklad: cez víkend som zažil..., teraz sa cítim ako..., som najšťastnejší, keď..., najviac ma nahnevá, keď...
- Pre skupinu, ktorá dlhodobou spolupracuje, je možné použiť na diagnostiku aktuálnych pocitov detí jednoduchú pomôcku: na pás tvrdého papiera si nakreslia tri tváre – usmiatu, neutrálnu a zamračenú. Pás zlepie do valca. Aktuálny pocit vyjadruje dieťa tak, že otočí príslušnú tvár do stredu miestnosti.

- Deti opisujú, ako by sa cítili ako: vlastný kabát, topánka, pero, stratená papuča, darovaná ruža, zemiak v polievke, vypálená žiarovka, nový volkmán, novinová správa, emigrant v Kongu, nezamestnaný Róm, majiteľ židovskej reštaurácie, Arab v eskimáckom iglu a pod.
- Vymysli čo najviac spôsobov, ako predať Eskimákovi mrazničku, ako zakázať spievanie, v Sudáne predať kožuch, ako použiť starú žehličku, tehlu, deravý hrniec, kôš na odpadky, kvetináč, kolkársku guľu a pod. Je potrebné, aby deti vymýšľali čo najviac najoriginálnejších, najfantastickejších nápadov. Nekritizovať, všetko je dovolené.
- Deti majú za úlohu hovoriť dve minúty o nezmyselnom slove, ktoré vytvorili z určených písmen. Hra môže pokračovať vzájomným presviedčaním a argumentovaním, že práve môj význam slova je najsprávnejší. Každý sa snaží získať čo najviac prívržencov pre svoj názor. Príklady slov: ZIKARELO, MEKELO, PACANOHA, PARAMINODA a pod. Význam slov je možné aj nakresliť.
- Deti sa rozdelia do skupín po 6. Každý povie nejaké slovo. Úlohou skupiny je použiť tieto slová v básni, vo vyznaní lásky, v nekrológu, v novinovej správe, pri oslave narodenín, v prejave prezidenta a pod.
- Deti stoja v kruhu a majú znázorniť: roztápajúci sa kus ľadu, plávajúcu sliepku, tancujúci vešiak, opité Z, paragraf na prechádzke, ospalého medveďa na koncerte, anglickú kráľovnú v pralese a podobne.
- Súťaž skupín v spievaní piesní, v ktorých sa nachádza určité slovo, napríklad: dievča, dedina, pes, láska, pekný, vysoký a podobne. Skupiny sa v spievaní piesní striedajú. Tá istá pieseň sa nemôže dvakrát opakovať.

Hry na zlepšenie komunikácie

Nemožno nekomunikovať. Človek už len tým, že je, komunikuje. Každý by sa mal usilovať, aby sa stal profesionálom v komunikácii. Slovom môžeme povzbudiť, potešiť, ale aj raniť a zarmútiť. Bez komunikácie neexistujú medziľudské vzťahy. Komunikujeme nielen slovom, ale aj pohľadom, postojom, mimikou, gestami. Týmito neverbálnymi prejavmi odkrývame svoje emocionálne stavy ešte výraznejšie ako slovami. Schopnosť komunikovať rozvíjame celý život. Jednou z najdôležitejších podmienok efektívnej komunikácie je umenie počúvať. Znázorňuje to aj čínsky znak pre počúvanie. Skladá sa z častí, ktoré vyjadrujú, že je potrebné počúvať nielen uchem, ale aj očami a srdcom.

Hry na zlepšenie komunikácie sú zoradené od jednoduchých komunikačných cvičení, v ktorých sa kladie dôraz na aktívne počúvanie, včítanie sa a spätnú väzbu, až po náročné diskusné aktivity. Pri týchto hrách je vhodné určiť jedného alebo niekoľkých pozorovateľov. Úlohou pozorovateľa je zamerať sa na to, kto hovorí veľa, málo, vôbec. Ďalej si všíma, kto s kým hovorí, komu sa kto najčastejšie prihovára a či sa vytvorili aj komunikačné dvojice. Sleduje, či sa počúvajú ľudia navzájom, či počúvajú ostatní toho, kto práve hovorí. Menia sa komunikačné zvyky účastníkov? Tí, ktorí boli už od začiatku uvravení, rozprávajú menej a tí, ktorí sa neprejavovali vôbec, zapájajú sa viac do rozhovoru? Aký je postoj ostatných k tým, ktorí stále mlčia? Pokúsil sa ich niekto zapojiť do diskusie? Nevšímajú si ich? Pozorovatelia si môžu výsledky svojho pozorovania aj zapisovať a nakoniec oboznámia so svojím pozorovaním ostatných.

Základné pravidlá komunikácie:

- sústreď sa na partnera, s ktorým hovoríš;
- daj partnerovi najavo, že mu rozumieš;
- nehodnoť;
- neraď.

Cieľ: naučiť sa diskutovať, aktívne počúvať, poskytovať spätnú väzbu a včítať sa.

Materiály: kartičky s úlohami, ľubovoľný drobný predmet.

Vek: od 10 rokov.

Priestor: akákoľvek miestnosť alebo otvorený priestor s možnosťou sedenia v kruhu.

Počet osôb: podľa veľkosti triedy.

Čas: podľa potreby.

- Párny počet detí vytvorí dva kruhy, jeden vnútorný a druhý vonkajší, deti sú postavené tvármi k sebe. So spevom alebo hudobným sprievodom sa pohybujú po obvode kruhu. Na pokyn pedagóga sa zastavia a oproti sebe stojace dvojice vedú minútový rozhovor na ľubovoľnú tému. Partneri sa vždy striedajú.
- Deti vytvoria trojice. Dvaja vedú rozhovor podľa vlastných predstáv a tretí je v úlohe pozorovateľa. Rozhovor musí spĺňať požiadavku, aby partner vždy zopakoval alebo aspoň parafrázoval predchádzajúcu myšlienku. Pozorovateľ upozorní, ak sa toto pravidlo poruší. V role pozorovateľa sa vystriedajú všetci. V závere hry hovoria účastníci o svojich pocitoch v jednotlivých rolách.

- Deti sedia v kruhu a podávajú si nejaký predmet – kamienok, papierové srdiečko, kvet alebo knihu. Dieťa s predmetom v ruke má právo hovoriť alebo podať predmet ďalšiemu. Pedagóg stanoví tému rozhovoru, napríklad: nový žiak v triede, agresívne správanie, zriadenie azylového domu pre utečencov v našej ulici a pod. Hra prispieva k vytváraniu disciplinovanej účasti na diskusii.
- Jedno dieťa sedí v kruhu a odpovedá na tri otázky, ktoré mu dajú spoluhráči. Vyberie si z tých, ktorí sa hlásia, že chcú dať otázku. Otázky sa môžu týkať údajov zo života, záujmov, vlastností, aktuálnych spoločenských tém a problémov.
- Pedagóg pripraví kartičky s opisom rolí, ktoré budú mať jednotliví hráči v diskusii. Deti si náhodne vytiahnu kartičku a v diskusii sa správajú podľa opisu. Téma rozhovoru musí byť pre deti aktuálna a príťažlivá.

Návrh kartičiek:

- buď sám sebou, reaguj tak, ako by si skutočne reagoval;
- súhlas s každým, aj keď majú rozdielne názory;
- ustavične meň tému;
- dôsledne trvaj na tom, že tvoj názor je jedine správny;
- zapoj sa do diskusie, len keď ťa vyzvú;
- ku každému názoru, ktorý odznie, pripoj svoj príbeh;
- rozčuľuj sa nad názormi druhých;
- povyšuj sa nad ostatných;
- upozorňuj na nedostatok času, stále ho sleduj;
- buď unavený z diskusie a nakoniec zaspí;
- spochybňuj všetko, čo sa povie, a žiadaj ďalšie argumenty;
- pýtaj sa na všetko s tým, že ničomu nerozumieš;
- prerušuj diskusiu, skáč každému do reči;
- tvár sa unudene;
- vyber si jedného zo skupiny a stále ho vyzývaj, aby sa vyjadroval;
- chváľ každého diskutujúceho;
- otvor diskusiu a pokús sa zabrániť, aby sa odbiehalo od témy;
- upokojuj diskusiu, zabraňuj hádkam.

Na konci diskusie hráči rozprávajú o svojich pocitoch a identifikujú jednotlivé roly.

- Päť detí dobrovoľne vytvorí diskusný krúžok. Ostatné sa môžu pridávať k diskutujúcim, a to tak, že vždy len jedno dieťa môže uviesť dôležitý údaj alebo argument na podporu diskutujúcich. Keď deti v kruhu prediskutovali tému, ostatní im môžu klásť otázky. Navrhované témy diskusie: Ako sa môžu deti brániť a odolávať tlaku piť alkohol, fajčiť alebo užívať drogy? Dôsledky rasizmu, antisemitizmu a netolerantného správania. Znečisťovanie životného prostredia. Národnostné a etnické menšiny v našej spoločnosti – ich práva a povinnosti.

Kooperatívne hry

Prostredníctvom nich sa rozvíja spolupráca v skupine. V tradičnej škole, ale aj v činnostiach mimo školy sa málo kladie dôraz na spoluprácu. Do popredia sa dostáva skôr súťaženie. Pri kooperatívnych hrách sa učia deti brať do úvahy aj iné názory, pomáhať si navzájom, pozeráť sa na problémy očami iných. Učia sa argumentovať, prijímať konsenzus, tolerovať názory ostatných a vynaložiť všetky sily na dosiahnutie spoločného cieľa.

Cieľ: naučiť deti pracovať v skupine.

Materiály: hárkypapiera, písacie potreby.

Vek: nad 8 rokov.

Priestor: akákoľvek miestnosť alebo otvorený priestor s možnosťou sedenia v kruhu a voľného pohybu.

Počet osôb: podľa počtu detí v triede.

Čas: podľa potreby.

- Deti sa rozdelia do dvojíc. Každá dvojica dostane papier a jednu ceruzku. Bez predchádzajúceho dohovoru o tom, čo budú kresliť, začnú kresliť obrázok. Počas kreslenia nemôžu hovoriť ani si dávať neverbálne signály. Aktivita môže byť podfarbená hudbou. Nakoniec hovoria deti v skupine o svojich pocitoch. Aktivita sa môže vyskúšať s rozličnými partnermi.
- Jeden z dvojice má zaviazané oči a druhý ho bez slov vedie po miestnosti. Obmena: hráči so zaviazanými očami sa pochyťajú za ruky a nechajú sa viesť dieťaťom, ktoré má odkryté oči, môže ich viesť aj do terénu. Pri tejto aktivite sa tiež nerozpráva. Ďalšia možnosť je, že deti so zaviazanými očami vytvoria päťčlenné skupiny, držia sa za lakty, driek alebo boky. Posledný hráč v skupine má odkryté oči a usmerňuje bez slov pohyby ostatných pred sebou. Do priestoru je možné vkladať rozličné prekážky, napríklad stoličky. Vo všetkých hrách by si hráči mali úlohy vymeniť. Tieto hry sú vhodné pre skupiny, kde sa členovia už navzájom poznajú. V diskusii deti opisujú svoje pocity, obavy, spolažnutie sa jeden na druhého.
- Deti si vyberú z ponúknutého zoznamu šiestich zvierat: mačka, pes, zajac, slon, orol, žaba, ktorý je umiestnený na viditeľnom mieste. Nikomu nesmú prezradiť, ktoré zviera si vybrali. Potom ich požiadame, aby vytvorili skupinky podľa zvoleného zvierata. Nikto nesmie hovoriť, hráči môžu vybrané zviera predvádzať len pantomimicky. Je to zábavná aktivita, ktorá vyvoláva množstvo otázok týkajúcich sa neverbálnej komunikácie a pocitov. V záverečnej diskusii deti predstavujú svoju skupinu a opisujú pocity. Obmena: namiesto zvierat sa môžu použiť napríklad rôznofarebné kvety, remeslá, ovocie, zelenina, príslušníci národov a rás a podobne.
- K nasledujúcej hre sú potrebné tieto pomôcky: veľká miestnosť so stolmi pri stene a voľným priestorom v strede, 30 kartičiek s opisom jednotlivých úloh, tri nádoby s farbou – modrá, červená, žltá –, 15 tenkých štetcov, 6 nádob s vodou, 3 prázdne nádoby, 9 nožničiek, 6 kružidiel, 6 pravítok, 25 listov papiera A4, 4 listy hnedého baliaceho papiera, lepiaca páska, 3 tuby lepidla, nálepky červenej, modrej, žltej, zelenej, oranžovej

a fialovej farby, plagát s vyznačenými „trhovými cenami“, pravidlá pre účastníkov, tabuľa na správy, novinový papier. Účastníci sú rozdelení do šiestich skupín – menšín – rozlíšených farebnými nálepkami. Pedagóg vysvetlí základný cieľ hry – zbohatnúť obchodovaním s ovocím – a oboznámi ich s pravidlami:

1. Pozdravte sa postupne so všetkými členmi svojej menšiny.
2. Zvoľte si organizátora práce.
3. Rozdeľte si úlohy pri obchodovaní s ovocím.
4. Začnite s „pestovaním ovocia“, dbajte na správnu veľkosť a kvalitu.
5. Pripravte výstavu svojho ovocia.
6. Predávajúte svoje ovocie. Základnou predajnou jednotkou je 1 kilogram, pri predaji získate na svoj účet príslušný počet jednotiek.
7. Vegetačné obdobie je krátke a vy si máte zarobiť čo najviac peňazí, aby ste mohli nakúpiť aj iný tovar.

Účastníci začnú podľa inštrukcie vyrábať ovocie. Na výrobu potrebujú spolupracovať s inými menšinami. Pedagóg sa stáva veľkoobchodníkom, vyvesí trhové ceny:

jahody 10 ks = 1 kg, priemer 3 cm = 10 jednotiek;

čučoriedky 20 ks = 1 kg, priemer 2 cm = 15 jednotiek;

banány 5 ks = 1 kg, dĺžka 8 cm = 5 jednotiek;

citróny 10 ks = 1 kg, priemer 4 cm = 10 jednotiek;

pomaranče 5 ks = 1 kg, priemer 6 cm = 15 jednotiek;

slivky 5 ks = 1 kg, priemer 4 cm = 15 jednotiek.

Veľkoobchodník kontroluje veľkosť plodov a vedie účty každej menšiny podľa množstva predaného ovocia. Asi po 20 minútach predaja, zverejní nasledujúcu správu:

Prezident nášho štátu oznámil svoju návštevu. Chce zistiť, či obyvatelia potrebujú zvýšenie finančného príspevku na životné náklady. Miestne zastupiteľstvo žiada všetky menšiny, aby spoločne pripravili výstavu ovocia. Podmienkou je, aby ovocie každej menšiny bolo zastúpené rovnako.

Pedagóg umiestni v strede miestnosti 4 hárky baliaceho papiera a poverí, aby najbohatšia menšina bola zodpovedná za prípravu výstavy.

Charakteristiky jednotlivých menšín:

Žltá menšina

Priateľskí a bezstarostní ľudia. Ženy a muži sú rovnoprávni. K cudzincom sú tolerantní.

Tabu: pri komunikácii sa vždy dotýkajú. Pozdravujú sa trením nosov. Pestujú banány.

Pomôcky: žltá farba, 1 štetec, 1 nožnice, 1 pravítko, 1 list papiera A4, 1 nádoba s vodou, 1 kružidlo.

Zelená menšina

Veselí a otvorení ľudia. Muži sú dominantní, ženy sú „nevoľníčky“. O cudzincov sa nezauímajú.

Tabu: nikdy nepoužívajú pravú ruku a rameno. Pozdravujú sa potľapkaním po pleci. Pestujú citróny.

Pomôcky: 2 nožníc, 6 listov papiera A4, 1 pravítko, 1 nádoba s vodou, 1 prázdna nádoba, 1 kružidlo.

Modrá menšina

Ľudia sú slobodomyseľní a orientovaní na budúcnosť. Ženy sú dominantné. K cudzincom sú ústretoví.

Tabu: nikdy nepoužívajú ľavú ruku a rameno. Pozdravujú sa objatím okolo pliec. Pestujú čučoriedky.

Pomôcky: modrá farba, 1 štetec, 1 nožnice, 2 pravítka, 1 list papiera A4, 1 nádoba s vodou, 1 kružidlo.

Červená menšina

Konzervatívni a uzavretí ľudia. Muži sú dominantní, k cudzincom sú nepriateľskí.

Tabu: nikdy sa nedotýkajú druhých ľudí. Pozdravujú sa dvojitým zažmurkaním. Pestujú jahody.

Pomôcky: červená farba, 1 štetec, 1 nožnice, 1 list papiera A4, 1 nádoba s vodou, 1 kružidlo.

Oranžová menšina

Tvrdo pracujúci ľudia, schopní nadchnúť sa pre vec. Ženy majú v zamestnaní nadradené postavenie. K cudzincom sú úctiví.

Tabu: nikdy nerokujú s mužmi. Pozdravujú sa potrasením pravou rukou. Pestujú pomaranče.

Pomôcky: 6 štetcov, 2 nožníc, 6 listov papiera A4, 1 pravítko, 1 nádoba s vodou, 1 prázdna nádoba, 1 kružidlo.

Fialová menšina

Ľudia sú opatrní a úctiví. V duševnej oblasti sú ženy podriadené. K cudzincom sú podozrievaví.

Tabu: nikdy nerokujú so ženami. Pozdravujú sa potrasením ľavou rukou. Pestujú slivky.

Pomôcky: 6 štetcov, 2 nožníc, 6 listov papiera A4, 1 pravítko, 1 nádoba s vodou, 1 prázdna nádoba, 1 kružidlo.

Všetky menšiny musia dodržiavať tieto zákony:

1. Cudzincov pozdravujte vždy podľa svojho spôsobu.
2. Vždy zachovávajte svoje zvyky a správajte sa podľa charakteristiky svojej menšiny.
3. Farby svojej menšiny používajte len pri práci.
4. Krádeže sú prísne zakázané.
5. Udržujte si ruky čisté počas celej hry.

Ide o bezstarostnú a veselú hru, v ktorej sa môžu deti veľa naučiť o možnostiach spolupráce, spôsoboch vyjednávania, rokovania v konfliktných situáciách, o problémoch,

ktoré môžu vzniknúť pri stretnutí menšín s rôznymi zvykmi, tradíciami a zachovávaním tabu. V záverečnej diskusii sa deti vyjadrujú k nasledujúcemu:

- zákony a zvyky vlastnej menšiny, pocity detí pri ich dodržiavaní;
- zákony a zvyky iných menšín a ich vzájomné tolerovanie;
- nerovnomerné rozloženie zdrojov medzi jednotlivými menšinami;
- aké konflikty a formy spolupráce nastali v rámci hry vo vlastnej menšine a medzi jednotlivými menšinami, akým spôsobom sa riešili vzniknuté problémy, ako sa cítili v role príslušníka menšiny;
- spôsob prípravy výstavy a celkový dojem z nej.

Hranie rolí

V živote tiež stále hráme rozličné roly. Musíme sa preto usilovať, aby sme tieto roly hrali čo najlepšie, teda nesmieme sa uspokojiť len s rolou diváka, ale každý by sa mal snažiť, aby bol efektívnym režisérom svojho životného osudu.

Tieto aktivity poskytujú veľa možností na rozvíjanie komunikatívnych schopností, rozvoj tvorivosti, schopnosti riešiť problémy, rozhodovať sa, nebáť sa riskovať, vedieť vyjednávať a hodnotiť, pomáhajú rozvíjať predstavivosť, fantáziu a originalitu. Dávajú možnosť alternatívne riešiť rozličné situácie a problémy a pozeráť sa na ne z rozličných hľadísk. Pri hraní modelových situácií sa posilňuje aj sebavedomie účastníkov. Aby bolo hranie rolí efektívne a pre účastníkov príjemné, je potrebné začať so zoznamovacími a rozohrievajúcimi aktivitami na odbúranie zábran hráčov.

Ciel: naučiť sa riešiť životné situácie hraním rolí.

Materiály: háčky papiera a potreby na písanie.

Vek: od 10 rokov.

Priestor: akákoľvek miestnosť alebo otvorený priestor s možnosťou voľného pohybu.

Počet osôb: podľa počtu detí v triede.

Čas: do 60 minút.

- Deti vo dvojiciach alebo v malých skupinách pantomimicky predvádzajú nasledujúce situácie: máš namydlené telo a zo sprchy prestala tiecť voda, chceš nastúpiť do autobusu, ktorý je preplnený do prasknutia, pri dôležitom teste ti prestalo písať pero, odmietaš prijať 10 korún od starej babky, ktorej si pomohol s nákupom, a podobne.
- Táto hra je vhodnou prípravou na diskusiu o stereotypoch myslenia a pridržívaní sa predsudkov. Deti v pároch alebo malých skupinách hrajú úlohy, v ktorých sa správajú neočakávané:
 - policajt je pristihnutý pri krádeži v samoobsluže;
 - mäsiar je vegetarián;
 - chirurg neznáša krv;
 - pracovník protifajčiarskej poradne fajčí v nefajčiarskej reštaurácii;
 - krajčírka nevie navliecť nič do ihly;
 - predavač nevie, kde a ako má uložený tovar.
- Deti si zvolia ľubovoľnú krajinu z mapy sveta a stanú sa jej predstaviteľmi. Na vrcholnej schôdzi predstaviteľov krajín sveta budú riešiť otázky utečenectva, emigrácie a prisťahovalectva. Cieľom hry je pochopiť, že rôzne krajiny a ich predstavitelia môžu spolupracovať a nájsť spoločné riešenie závažných problémov.
- Úlohou detí je navrhnúť základné princípy spoluzitia ľudí na Zemi. Deti si vyberajú z týchto rolí: muž, žena, dieťa, stavec, mládenec, Rus, Američan, Číňan, Švéd, Keňan, Filipínčan, katolík, moslim, budhista atď.
- Deti majú vyriešiť ubytovanie a zamestnanie troch rodín prisťahovalcov, napríklad z Nigérie, Bosny, Ukrajiny a podobne, v ich meste. Hráči si môžu vybrať z týchto rolí: starosta mesta, poslanci, riaditeľ školy, riaditeľ podniku, občania mesta a členovia prisťahovaleckých rodín.

- Štyria dobrovoľníci predstavujú túto situáciu: traja priatelia sa hrajú a prichádza k nim Róm, ktorý sa chce pripojiť k ich hre. Jeden z troch priateľov ho odháňa so slovami, že nechce dostať vši. Po skončení scény skupina diskutuje o možných riešeniach tejto situácie.

Riešenie problémov

Metodológia tvorivého riešenia problémov sa nazýva heuristika. Existuje veľa druhov heuristických postupov a metód. Sú to heuristiky, ktoré sa používajú v priemysle, vo vedeckej činnosti, na vyučovaní a podobne. Uvádzame našu vlastnú metódu, ktorú sme nazvali DITOR. Dá sa použiť pri riešení problémov akéhokoľvek druhu a nezáleží ani na veku riešiteľov. Jednotlivé písmená označujú prvé písmeno každého kroku:

D – definuj problém;

I – informuj sa o probléme, analyzuj ho;

T – tvor, hľadaj, produkuj riešenia;

O – ohodnot vyprodukované riešenia;

R – realizuj riešenia v praxi.

V kroku T – tvor – možno použiť metódu brainstormingu. Túto metódu môžeme použiť všade tam, kde potrebujeme oddeliť etapu tvorby od hodnotenia. Odstraňuje sa pri nej vnútorná cenzúra, vytvára sa hravá, uvoľnená atmosféra, ktorá dovoľuje slobodne vyjadriť všetky myšlienky. Podporuje sa množstvo nápadov – fluencia, rozmanitosť – flexibilita, ojedinelosť – originalita. Pri brainstormingu je dôležité sledovať dodržiavanie týchto pravidiel:

1. Je zakázaná akákoľvek kritika nápadov, nesmie sa vysmievať ani verbálne, ani neverbálne.
2. Je potrebné nechať voľný priebeh fantázií bez akejkoľvek cenzúry. Aj nezvyčajné, ba až bláznivé nápady môžu napokon viesť k vyriešeniu problému.
3. Každé dieťa sa má usilovať vyprodukovať čo najviac nápadov.
4. Je dôležité, aby sa deti navzájom inšpirovali, kombinovali svoje nápady.

Až po fáze tvorby nápadov nasleduje ich hodnotenie a dopracúvanie. Vhodné je oddeliť tieto fázy prestávkou.

Cieľ: naučiť sa tvorivo riešiť problémy.

Materiály: hárky papiera, potreby na písanie.

Vek: od 10 rokov.

Priestor: akákoľvek miestnosť alebo otvorený priestor s možnosťou sedenia v kruhu.

Počet osôb: podľa počtu detí v triede.

Čas: do 60 minút.

Uvádzame niekoľko príkladov, ktoré sa môžu použiť na vyskúšanie metódy DITOR:

V meste sa má postaviť továreň, v ktorej by sa mohlo zamestnať veľa ľudí z mesta i okolia. Továreň má nevýhodu, lebo bude znečisťovať okolitú prírodu, ovzdušie i rieku. Čo by si robil ako rodič dieťaťa s alergiou, občan, starosta mesta, nezamestnaný, riaditeľ továrne, ochranca životného prostredia?

- Do školy sa prídu sťažovať občania mesta, že žiaci školy používajú pri rozhovoroch neslušné, hrubé a urážlivé výrazy. Hľadajte riešenie tohto problému.

- Zuzka pripravuje oslavu svojich sedemnástych narodenín. Pozýva všetkých spolužiakov, medzi ktorými je aj Rómka Marcela. Najlepšia priateľka sa Zuzke vyhráza, že keď príde aj Marcela, nepríde ona.

Hry na záver stretnutí

Na ukončenie kurzov, stretnutí alebo podujatí je vhodné zaradiť aktivity, ktorými vyjadrí deti svoje pocity, dojmy, zážitky a spätnú väzbu. Hry na záver sú východiskom pre pedagóga pri plánovaní a organizovaní ďalších podujatí. Na základe sebahodnotenia sa zvyšuje sebadôvera hráčov.

Cieľ: znížiť zármutok účastníkov z rozlúčky.

Materiály: hárkypapiera, potreby na písanie.

Vek: každá veková skupina.

Priestor: akákoľvek miestnosť alebo otvorený priestor s možnosťou sedenia v kruhu.

Počet osôb: podľa počtu detí v triede.

Čas: podľa potreby.

- Deti sedia v kruhu a na list papiera napíšu svoje meno a posunú ho susedovi vpravo. Na papier každý napíše pranie do budúcnosti adresátovi. Papier sa posúva po celom kruhu, kým sa nevráti majiteľovi.
- Deti sedia alebo stoja v kruhu, držia sa za ruky a so zažmúrenými očami odovzdávajú pozitívnu energiu spoluhráčom. Obmena: všetci môžu odovzdať energiu jednému z hráčov, ktorý to najviac potrebuje.
- Deti opíšu svoj najsilnejší zážitok a nepríjemnú skúsenosť z podujatia v podobe krátkej správy do novín. Správa môže byť podpísaná alebo anonymná a položia ju na vyhradené miesto, napríklad do škatule.
- Deti sa rozdelia do skupín. Každá skupina na veľký hárok papiera nakreslí dvojposchodový dom so strechou. V priestore prvého poschodia deti zapíšu alebo nakreslia to, v čom ich stretnutie uspokojilo. V priestore druhého poschodia znázornia svoje pocity zo stretnutia a v priestore pod strechou zapíšu alebo nakreslia svoje očakávania od budúceho stretnutia. Táto hra je vhodná na záver takého stretnutia, ktoré bude mať pokračovanie.

Uvedli sme rozličné aktivity, ktoré sú usporiadané do celkov podľa toho na čo sú zamerané. Závisí už len od pedagóga, ktoré z nich si vyberie. Treba však dbať na to, aby mali určitú gradáciu. Napríklad: na začiatok stretnutia zaradíme niekoľko hier na zoznámenie, ak sa účastníci nepoznajú, potom hry na rozohriatie a vytvorenie príjemnej a uvoľnenej atmosféry a až potom pristúpime k riešeniu problému napríklad tolerancie, spolužitia s minoritami a podobne. Na konci každej aktivity necháme dostatočný priestor na to, aby mohli každé dieťa vyjadriť svoje pocity. Pred záverečnými aktivitami môžeme znovu zaradiť ešte niektoré hry na rozvoj spolupráce, vzájomnej dôvery a podobne. Ku každej z teoretických tém tejto publikácie si v našej ponuke hier a aktivít nájdete tú, ktorá vám bude najviac vyhovovať ako pedagógovi a aj vašim zámerom v súvislosti s výchovou k tolerancii.

Ešte raz, šťastnú prácu, budúcnosť, veľa chuti, tvorivosti pracovať na sebe, svojej budúcnosti!

Pracovná náplň koordinátora prevencie

Základné činnosti:

- v spolupráci s vedením školy iniciuje preventívne aktivity a koordináciu prevencie ako integrálnu súčasť výchovno-vzdelávacieho procesu;
- plní úlohy školského poradcu v otázkach drogovej prevencie pre žiakov, rodičov, učiteľov a zamestnancov školy;
- analyzuje a monitoruje situáciu v škole z hľadiska užívania legálnych aj nelegálnych drog v priestoroch školy;
- všíma si žiakov z prostredia ohrozeného sociálnou patológiou;
- poskytuje preventívno-výchovné konzultácie žiakom, rodičom alebo zákonným zástupcom rodičov;
- koordinuje a metodicky usmerňuje preventívnu a informačnú činnosť pedagogických zamestnancov, ale i žiakov;
- informuje žiakov, rodičov, učiteľov o možnostiach a činnosti preventívnych, poraden-ských a iných odborných zariadení;
- spolupracuje s výchovným poradcom v škole, s centrom výchovnej psychologickéj prevencie a s pedagogicko-psychologickou poradňou, zdravotníckymi, sociálnymi, bezpečnostnými a metodickými orgánmi a inštitúciami, ako aj s miestnou samosprávou;
- práca s rovesníckymi skupinami, skupinové poradenstvo, výcviky, konzultácie;
- vypracovanie metodických materiálov a pomôcok pre žiakov, učiteľov a rodičov a publikačná činnosť;
- organizovanie súťaží, kvízov, vedenie záujmových útvarov;
- koordinácia voľnočasových aktivít;
- servis schránky či linky dôvery.

Koordinátorovi prevencie patrí finančné ocenenie a osobné ohodnotenie zo mzdových prostriedkov školy alebo aj samosprávnych orgánov. Metodickú pomoc poskytuje Výskumný ústav detskej psychológie a patopsychológie, pedagogicko-psychologické poradne, centrá výchovnej a psychologickéj prevencie.

Bolo by nanajvýš vhodné, keby koordinátor prevencie bol zamestnaný na plný úväzok.

Úvod	3
Ďakovanie	5
PROGRAM VIEME, ŽE...	
Základné pojmy	6
Typy programov	6
Organizácia preventívnej práce a spolupráce	7
Metodické skúsenosti z prevencie kriminality a návrhy	8
METODIKA PRÁCE V JEDNOTLIVÝCH LEKCIÁCH	
Metodické pokyny k lekcii č. 1 - Prípady Paťa	13
Metodické pokyny k lekcii č. 2 - Policajt Marcel	17
Metodické pokyny k lekcii č. 3 - Prípady Laca	23
Metodické pokyny k lekcii č. 4 - Chlapec zo Záhoria	25
Metodické pokyny k lekcii č. 5 - Učíme sa povedať NIE	27
Metodické pokyny k lekcii č. 6 - Prípady na žúre	29
Metodické pokyny k lekcii č. 7 - Prípady z vlaku	33
Metodické pokyny k lekcii č. 8 - Test rasizmu	35
Metodické pokyny k lekcii č. 9 - Prípady transplantácie srdca	39
Metodické pokyny k lekcii č. 10 - Pomáhajme policii	41
Metodické pokyny k lekcii č. 11 - Príbeh Kamily	43
Metodické pokyny k lekcii č. 12 - Romanova cesta životom	47
Metodické pokyny k lekcii č. 13 - Polepšovňa?	51
Metodické pokyny k lekcii č. 14 - Riadenie emócií	53
Metodické pokyny k lekcii č. 15 - Riešenie konfliktov	57
Metodické pokyny k lekcii č. 16 - Norika je na režazi...	59
Metodické pokyny k lekcii č. 17 - Prípady Šimona	61
Metodické pokyny k lekcii č. 18 - Chlapec na vešiaku	65
Záverečné poznámky	69
PRÍLOHY	
Test Vieme, že...	70
Inštrukcie pre hodnotiteľov testu Vieme, že...	78
Dotazník identifikácie kriminálneho správania	81
Aktivity na rozvoj tolerancie, prekonávanie xenofóbie a rasizmu	84
Zoznamovacie a rozohrievacie aktivity	87
Hry na rozvíjanie osobnosti a tvorivosti	90
Hry na zlepšenie komunikácie	92
Kooperatívne hry	94
Hranie rolí	98
Riešenie problémov	100
Hry na záver stretnutí	102
Pracovná náplň koordinátora prevencie	103