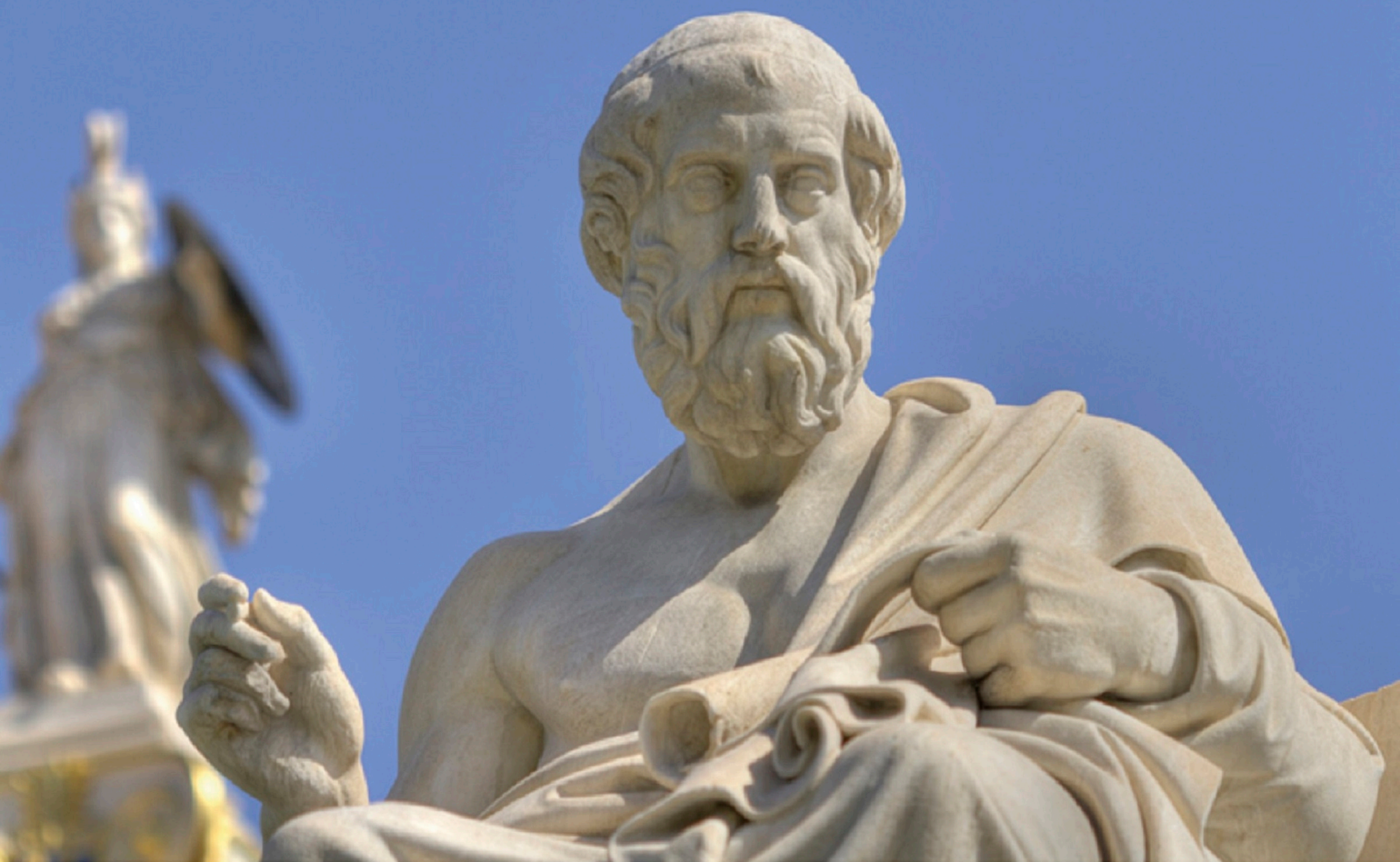


Jitka Lunerová, Monika Svobodová, Radim Štěřba



ETICKÁ VÝCHOVA

pro 2. stupeň základních škol

ÚCTA K SOBĚ A DRUHÝM
HODNOTY A HODNOTOVÝ SYSTÉM ČLOVĚKA
OSOBNÍ ŽIVOT ČLOVĚKA
SPOLEČENSKÉ VZTAHY
ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ
NÁBOŽENSTVÍ

PhDr. Monika Svobodová
Mgr. Jitka Lunerová
PhDr. Radim Štěřba

ETICKÁ VÝCHOVA

PRO 2. STUPEŇ ZŠ

Edika
Brno
2013

Milé zákyně, milí žáci,

letošním školním rokem Vás bude provázet také předmět „Etická výchova“, v němž se seznámíte se základy etiky a morálky, objasníte si význam pojmů jako svědomí, empatie, porozumíte významu hodnot a hodnotového systému.

V jednotlivých dílčích kapitolách zjistíte, jakým způsobem „etika“ zasahuje do Vašich životů. Poznáte význam etiky v osobním životě člověka a v rodině, stejně jako ve společenských vztazích. Seznámíte se s jednotlivými součástmi životního prostředí a pochopíte nutnost jeho ochrany. Na příkladech hlavních světových náboženství zjistíte souvislosti mezi etikou a náboženstvím. Naučíte se také, jakými způsoby můžete komunikovat se svým okolím a především si uvědomíte, jak je důležité zachovávat úctu k sobě i k jiným lidem.

Aby pro Vás předmět nebyl jen nudným a nic neříkajícím sledem informací, budete mít možnost sami aktivně zjišťovat a přinášet poznatky k jednotlivým tématům. K lepšímu zapamatování a zopakování získaných poznatků Vám jistě pomohou nejrůznější opakovací úkoly a cvičení.

Věříme, že Vás etická výchova zaujme a že se s pomocí této učebnice naučíte a pochopíte vše potřebné.

Autoři

ETICKÁ VÝCHOVA PRO 2. STUPEŇ ZŠ

Monika Svobodová, Jitka Lunerová, Radim Štěrba

Ilustrace: Tomáš Profant

Jazyková korektura: Eva Hánová

Odpovědný redaktor: Andrea Brázdová

Vnitřní úprava a sazba: Karel Hána

Technický redaktor: Jiří Matoušek

Objednávky knih:

www.albatrosmedia.cz

eshop@albatrosmedia.cz

bezplatná linka 800 555 513

ISBN 978-80-266-0384-9

Vydalo nakladatelství Edika v Brně roku 2013 ve společnosti Albatros Media a. s. se sídlem Na Pankráci 30, Praha 4. Číslo publikace 18 203.

© Albatros Media a. s. Všechna práva vyhrazena. Žádná část této publikace nesmí být kopírována a rozmnožována za účelem rozšiřování v jakékoli formě či jakýmkoli způsobem bez písemného souhlasu vydavatele.

1. vydání

 **ALBATROS** MEDIA a.s.

Obsah

ZÁKLADY ETIKY A MORÁLKY	4	ETIKA V OSOBNÍM ŽIVOTĚ ČLOVĚKA	38
Etika	4	Rodina	38
Počátky etiky	5	Pravidla života v rodině	39
Dobro a zlo	6	Sexuální zdraví	41
Svědění	7	Závěrečné shrnutí	46
Morálka	7		
Nezištná pomoc	8	ETIKA VE SPOLEČENSKÝCH	
Láska	8	VZTAZÍCH	47
Empatie	10	Etika v ekonomickém životě	47
Morální dilemata	10	Peníze jako ekonomická hodnota	47
Závěrečné shrnutí	11	Šetrné hospodaření s penězi	50
		Dárcovství – pomoc potřebným	51
KOMUNIKACE	12	Etika v každodenním hospodářském životě	52
Mimoslovní komunikace	13	Etika v povoláních, politice a sportu	53
Slovní komunikace	14	Závěrečné shrnutí	58
Aktivní naslouchání	14		
Asertivita	16	ETIKA A ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ	59
Etiketa v mezilidských vztazích	18	Životní prostředí a jeho ochrana	59
Závěrečné shrnutí	20	Zvláště chráněná území	60
		Životní prostředí člověka	64
HODNOTY A HODNOTOVÝ		Kulturní prostředí	65
SYSTÉM ČLOVĚKA	21	Závěrečné shrnutí	66
Hodnoty	21		
Zlaté pravidlo	21	ETIKA A NÁBOŽENSTVÍ	67
Všelidské hodnoty – lidská práva	22	Hlavní světová náboženství	68
Reálné a zobrazené vzory	24	Křesťanství	70
Historické osobnosti jako vzory	26	Islám	73
Já jako vzor pro druhé	29	Hinduismus	74
Závěrečné shrnutí	29	Budhismus	75
		Zlaté pravidlo v náboženstvích	76
ÚCTA K SOBĚ A DRUHÝM	30	Sekty a jejich nebezpečí	77
Důstojnost a identita lidské osoby	30	Závěrečné shrnutí	78
Jedinečnost a identita člověka	32		
Sebevědomí	33	KLÍČ KE CVIČENÍM	79
Sebeovládání a morální úsudek	33		
Hodnotová orientace	34		
Úvahy nad mravními zásadami	34		
Pozitivní hodnocení druhých v obtížných situacích	35		
Občanská zralost	35		
Radost a optimismus v životě	36		
Závěrečné shrnutí	37		

Vysvětlivky ikon:



Ukázky z literatury, citáty



Úkoly pro žáky



Doplnění základního textu, zajímavosti

ZÁKLADY ETIKY A MORÁLKY



Přečtěte si následující ukázkou a řekněte, proč daná situace vůbec vznikla.

Maminka přišla za mnou do pokoje a smutně mi oznámila, že došly vši. „Jaký vši?“ vyděsil jsem se. „Rybičkám,“ řekla trpělivě maminka, „došlo žrádlo. Vodní vši. Nemají co jíst. Tady máš peníze a pojeděš vši koupit.“ Vzal jsem si s otráveným povzdechem peníze a mezi dveřmi mi maminka ještě řekla, že si mám pospíšet a nemám se nikde toulat. A tak jsem jel. Tramvaj byla skoro prázdná, jen vedle mě seděl pán s malým klukem. Ten kluk ale neseděl, protože pořád lezl po tom pánovi a pořád chtěl něco vědět. „Ploč stojíme, tatínku, na kšišovatce, dyž je červená?“ „Proto,“ řekl pán tvrdě, „už je to holt tak zařízený. Ty se taky nejmenuješ Evička, ale Vašík.“ „Aha.“ Chlapeček si dal do pusy prst a začal pěkně slintat. „A ploč se nejmenuju Evička?“ „Protože se jmenuješ Vašík,“ řekl pán poněkud zvýšeným hlasem. A kdybych se jmenoval Evička, tak bysme jeli na červenou?“ „Ne!“ zařval pán a na obličej mu bylo vidět, že kdyby ten chlapeček nebyl jeho chlapeček, určitě by mu pořádně napráskal. Začal jsem se smát, protože když jsem byl malý, tak jsem se určitě takhle hloupě neptal. „Čemu se směješ, chuligáne?!“ řekl výhružně pán, přestal si všimat chlapečka a začal si všimat mě. „Jen tak,“ řekl jsem důstojně, „směji se, neboť mě to baví.“ „Takový chuligány, jako seš ty, by vůbec neměli do tramvaje pouštět! Co ty máš co poslouchat, co si s Vašíkem povídáme?“ „Buďte tak laskav a netykejte mi,“ řekl jsem lživě, „nepáslí jsme spolu slony.“ „Pomóc! Chuligán! Drzoun!“ začal křičet pán a mačkal tlačítko zvonku tak dlouho, až tramvaj zastavila. Teda to, co jsem řekl, drzost nejspíš byla, jenže ten pán si neměl vůbec začínat.

(Vojtěch Steklač: Čenda a spol.)



Vlastními slovy převyprávějte příběh a posuďte, jestli se hlavní postavy příběhu zachovaly správně.

Najděte jiný způsob řešení situace tak, aby nedošlo ke konfliktu. Jak byste se v takové situaci zachovali vy? Diskutujte o tom se spolužáky.



Co podle vás znamená správné jednání.

Etika

Hledáním správného jednání, dobra, se zabývá etika. Snaží se odpovědět na otázku „Co je vlastně dobro?“ a „Co je zlo?“ Etika se snaží nalézt a popsat správné jednání u jedinců, lidských společenství i profesí. Existuje mnoho etických systémů, všechny však mají společné heslo – dobro konat, zlo ne. Podle mnohých názorů má člověk přirozený mravní cit, tzv. hlas svědomí, který mu pomáhá intuitivně určit, co může být dobré a co špatné. Každý člověk má tzv. **přirozený mravní cit** – ve světě, v němž existuje dobro a zlo, každý nějak ví, co je dobré a co zlé.



Napište do sloupečků příklady toho, co je dnes považováno za **DOBRO** a co za **ZLO** (v každém sloupci nejméně pět příkladů).

Etika má rozhodující úlohu ve vzájemném hodnocení lidí navzájem, proto má významné místo i v **mezilidských vztazích**. Rovněž ovlivňuje i naše vlastní sebehodnocení, má vliv na naši **sebeúctu**, týká se našeho hodnotového žebříčku (tedy hodnot, kterých bychom chtěli v životě dosáhnout)



Slovo etika je odvozeno od řeckého ethos, což znamená zvyk, obyčej, charakter. Etika je filozofickou disciplínou zabývající se rozlišováním toho, co můžeme považovat za dobro a co za zlo.

Grafické znázornění dělení etiky



K jednotlivým typům etiky přiřaďte správnou definici.

individuální etika	starost o dobro společenství (rodiny, komunity, státu)
sociální etika	morální otázky jednotlivce
teoretická etika	etické problémy jednotlivých oborů (např. novinářská, lékařská, ...)
praktická etika	filozofické otázky etiky
profesní etika	konkrétní situace, mravní jednání, uplatnění mravních norem

Počátky etiky

Původ etiky můžeme najít například u starořeckých filozofů. K jejím základům patřilo **ctnostné** (nejlepší) jednání člověka. Proto bylo v antice vzdělání zaměřeno k výchově ctnostného člověka. Významný antický filosof Platón rozlišoval čtyři základní ctnosti: **rozumnost** (schopnost promýšlet problémy), **statečnost** (neustálé usilování o dobro, i přes překážky), **uměřenost** (schopnost nacházet správnou míru např. v jídle, ale i v jiných oblastech života) a **spravedlnost** (schopnost udržovat rovnováhu, dosáhnout harmonie).



Zmínky o etice se objevily už v Homérově eposu Illias a Odyssea. Kromě již zmiňovaného Platóna se etikou ve starověkém Řecku zabývali například Sokrates, Aristoteles, Epikúros.

Grafické znázornění ctností v antice



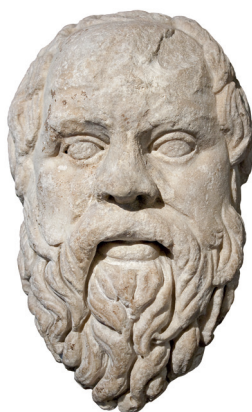
Z přesmyček poskládej jména jednotlivých antických filozofů, kteří se zabývali etikou a morálkou.

SKOSARET

TLAPÓN

SETIRASOTEL

SÚRIPEKO



Ve středověku se etikou prolínalo křesťanství. Základem bylo desatero přikázání. Svě místo ve středověké etice měly i otázky týkající se rodiny, národa, spravedlnosti a sociálních problémů. Jedním z hlavních prvků křesťanské etiky je úcta k lidské důstojnosti spojená s pomocí potřebným.



V desateru přikázání, ač již název to předesílá, nejde o příkazy ani zákazy. Všechna přikázání jsou psána v oznamovacím způsobu v budoucím čase (např. nezabiješ, nepokradeš).

Dobro a zlo

Zlo je něco, co škodí a co zraňuje. **Mravní zlo** je zlo, kterého se člověk dopouští vědomě a bez donucení. Pokud se však člověk ocitne ve zlu, které sám nezpůsobil, neměl by jenom pátrat po jeho příčině, ale hlavně by se měl snažit hledat to, co proti němu může udělat. Na opačné straně vůči zlu stojí **dobro**. Dá se charakterizovat jako něco, co přináší uspokojení a naplnění, užitek nejen pro jedince samotného, ale i pro ostatní.



Jaká největší zla se v lidské historii objevila?



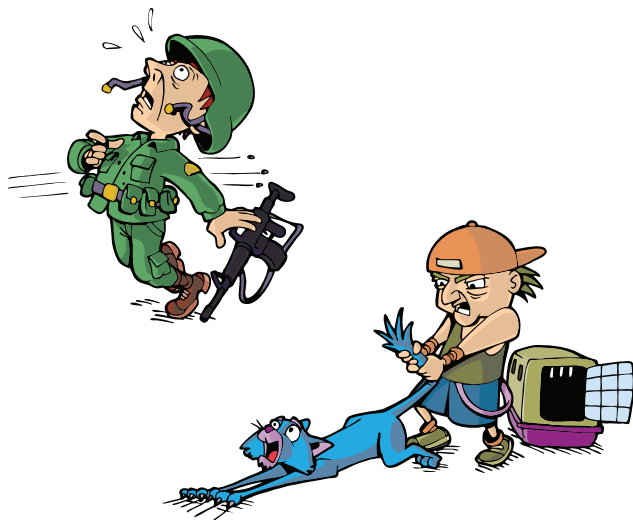
Představte si, že jste se ocitli u autonehody. Jak se v této situaci zachováte?



Vzijte se do situace, že je váš kamarád, či někdo z rodiny nevléčitelně nemocný. Jak byste se měli k takovému člověku chovat? Vysvětlete ostatním proč.



Prohlédněte si jednotlivé obrázky. Jaká „zla“ zachycují?



Svědění

Svědění je vnitřním pocitem člověka, kontrolním orgánem, který umožňuje buď zpětně anebo s předstihem vyhodnotit jednání člověka. Svědomí je velmi úzce spjato s **odpovědností**, často bývá spojováno i s **výčitkou**. Lze tedy říci, že svědomí nás vede k mravnímu dobru. Svědomí se v člověku utváří celý život, ovlivňují ho vztahy (rodina, škola, společnost, ...). Dnes se často hovoří i o významu **řeči** při formování svědomí. Člověk by měl umět o svých názorech, pochybnostech, problémech mluvit s ostatními – ujasňuje si tím, co doopravdy chce a ti druzí mu mohou pomoci uvidět, co sám nevnímá a naopak.



Co je nejlepší udělat, když člověka tzv. „hryže“ svědomí?

Morálka

Pojem **morálka** lze definovat jako souhrn způsobů jednání člověka ve společnosti. Morálka je součástí etiky a zahrnuje vše, o čem člověk přemýšlí a co dělá. **Morální pravidla** vznikají přirozeně jako soubor nepsaných pravidel, jejichž podstatou je, že nemáme hledět jen na svůj prospěch, ale brát ohled i na ostatní. Dodržování morálních pravidel je výhradně záležitostí našeho **svědomí**. Mezi hlavní morální pravidla řadíme **takt, ohleduplnost a úctu k jiným lidem**. Těmito pravidly bychom se měli řídit nejen ve svém soukromí, ale i na veřejnosti.



Morálka a etika se týká pouze člověka a jeho jednání. Nevztahuje se na přírodní jevy ani na chování zvířat.



Jaká morální pravidla platí podle vás ve vaší třídě a jaká ve vaší rodině?

Nezištná pomoc

Základem je pomoc druhým lidem, kterou jim poskytujeme bez očekávání zisku, odměny nebo jiné protislužby. Takovéto jednání obvykle označujeme jako **altruistické**. Jedinou odměnou pro nás může být vnitřní dobrý pocit, který máme z radosti druhých.



Vzpomeňte si, kdy jste vy sami někomu nezištně pomohli nebo, kdy jste se s takovýmto jednáním setkali (doma, venku, příklad z TV,...)



Dobře si prohlédněte obrázky, který z nich zobrazuje altruistické jednání?



Zjistěte na internetu nebo ve slovníku, co znamenají tyto pojmy: egoismus, solidarita, empatie, afliantnost, hostilita.

Láska

Největším a nejhlubším citem v životě člověka je **láska**. Obecně jí myslíme projevovanou péčí a starost o druhého, druhé - děti, přírodu, vlast, případně ostatní lidi (bratrská láska). Nejčastějším ztotožněním s láskou je láska partnerská. Člověka, kterého milujeme, bereme takového jaký je, se všemi jeho kladnými i zápornými povahovými vlastnostmi. Největším nedorozuměním v lásce je to, že si myslíme, že láska znamená někoho vlastnit nebo ovládat. Pro takového člověka jsme schopni přinášet **oběti**. S milovaným člověkem chceme trávit co nejvíc volného času. Láska je však dlouhodobý proces, člověk při něm musí projít mnoha těžkostmi, aby pochopil, že láska není uspokojování vlastních potřeb, ale především starost o druhého. U věřících lidí pak můžeme mluvit i o lásce k Bohu, která zahrnuje niterný vztah k tomu, co přesahuje člověka.

Grafické znázornění typů lásky



V řečtině existují pro lásku tři výrazy: erós = láska citová, filía = láska přátelská, agapé = láska nezištná, obětavá. Propojením těchto tří druhů lásky vzniká opravdová láska.



Přečtěte si citát od neznámého autora a pokuste se jej vysvětlit – „Milovat není jen mít rád, milovat je věřit, odpustit a znovu podat ruce, milovat je rozdělit duši i srdce.“

S láskou úzce souvisí **přátelství**. Představuje mezilidský vztah, pro který je charakteristická **vzájemná náklonnost** a **porozumění**. Člověk si jej vytváří od dětství. Provází jej snaha udělat druhému radost, myslet na něj a pomáhat mu. Pro přátelství jsou důležité **důvěra, tolerance, odpuštění, solidarita, odpovědnost za slabšího**.



Přečtěte si pozorně ukázkou a zkuste odpovědět na otázky pod textem.

Asi týden po Dernetově smrti potkal Ludvu na prázdné školní chodbě. Byli tu sami dva. Nemohli se odvrátit a dívat se každý jinam. Pavel necítil hněv. Protože vedle Ludvy nestál Filip, byl to zase ten dobrý Ludva. „Nazdar, Pavle,“ řekl chabě a nuceně. Musel přece něco říci. „Nemohl jsem tenkrát, nezlob se.“ Narážel na pozvání k Bílým kamenům. Pavel neodpovídá, jen dlouho Ludvu zpytavě pozoruje, a pak rozechvěně mluví: „Změnil ses, Ludvo! Jak je to už dlouho, co jsme spolu nebyli v Jezerní kotlině!“ Hovořil o jejich srubu a také Ludva to věděl. „Je tam teď všechno ještě krásnější,“ začal zase Pavel, když Ludva neodpovídal. Ludva ho poslouchal s lhostejným výrazem. Pak se podíval na hodinky na svém zápěstí a řekl: „Sbohem, Pavle, musím už jít. Bylo to tam hezké. Taky si na to někdy rád vzpomenu!“



Ukázka je z knihy J. Foglara: **Chata v Jezerní kotlině**. Četli jste tuto knihu? Pokud ano, řekněte stručně děj knihy ostatním. Poznáte z ukázky, že jde o rozhovor dvou kamarádů, mezi kterými došlo k rozkolu? Poznáte, kdo mohl stát v pozadí konce jejich přátelství a který z chlapců toto přátelství ukončil? Jak byste se zachovali v případě, že byste se ocitli v podobné situaci – přítel by se s vámi již nechtěl dále stýkat, dalo by se udělat něco pro záchranu přátelství?

Empatie

Porozumění a vcítění se do myšlenek a pocitů druhého nazýváme **empatií**. Pro to, aby byl člověk empatický, musí umět dočasně odložit své **názory, hodnoty a předsudky**. Jen tak může být schopný pochopit myšlení a pocity druhého člověka. Empatický člověk je proto člověk který má **pochopení**, je **vnímavý a soucitný**. Pro empatii může mít člověk vrozené zvláštní nadání nebo se jí lze **naučit**. Empatický člověk se snaží pochopit myšlení druhého, neznamená to však, že se vším, co druhý říká, musí souhlasit. Důležité je pochopení myšlenek druhého s tím, že si pořád zachovávám svůj vlastní názor na danou věc. Obecně však platí, že se člověk nedokáže neustále zabývat a soustředit se na pocity druhých. Při vcítění se do pocitů druhého nesmím být těmito pocity úplně zahlcen, musím si i nadále zachovávat určitý svůj vlastní postoj, určitý odstup.



Zamyslete se nad tím, proč člověk potřebuje empatii.

Ve dvojicích napište seznam pocitů, které člověk zažívá. Zamyslete se nad jejich příčinami. Zamyslete nad svými pocity, které jste měli během dne a napište je na papír. Můžete je porovnat se sousedem.

Morální dilemata



„Jest však někdy těžko rozhodnouti, kterou ze dvou věcí máme voliti a které zlo z dvojího zla máme podstoupiti.“

(Aristotelés: Etika Níkomachova)



Pokuste se citát vysvětlit. Plyne z něj nějaké ponaučení?

Co znamená pojem morálka, to jsme si již vysvětlili v předchozí kapitole. Existuje však spojení **morální dilema**, což znamená **obtížné rozhodování** v situaci, jejímž základem je **konflikt** mezi různými morálními požadavky.



Někdo z vašich blízkých je smrtelně nemocný. Existuje však lék, který jej dokáže uzdravit, je však neuvěřitelně drahý a vy na něj nemáte peníze. Rozhodnete se lék ukrást. Určitě se mezi vámi najdou ti, kteří budou pro krádež a ti, kteří budou proti. Rozdělte se do dvou skupin dle názoru a vymyslete co nejvíce argumentů pro své tvrzení. Který argument nebo vysvětlení tě zaujalo nebo obohatilo?



Vyluštěte čtyřsměrku, řešením je citát od Alberta Schweitzera.

ALTRIUSMUS
OHLEDUPLNOST
SOKRATES
TAKT

FILOZOFIE
POCHOPENÍ
SOLIDARITA

MRAVNOST
PRAVIDLA
SPRAVEDLNOST

KOMUNIKACE



Přečtěte se následující rozhovor mezi Michalem a Petrem a určete, proč mezi nimi vzniklo nedorozumění.

Michal: Dnes bude velké horko, mohli bychom si jít zaplavat.

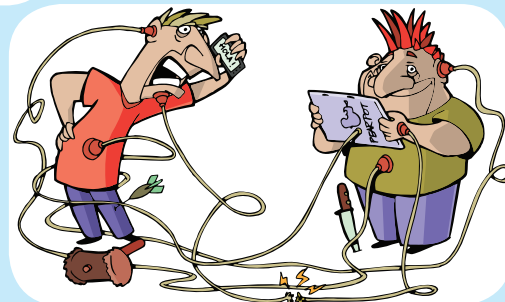
Petr: Včera se mi konečně podařilo složit ten hlavolam.

Michal: To je zajímavé, pudem si tedy zaplavat?

Petr: Seděl jsem nad ním několik dní, ale pořád jsem nemohl přijít na to, jak ho mám složit.

Michal: Chceš jít na to koupaliště nebo ne!?

Petr: Co na mě křičíš, nevíš co mi dalo práce na to přijít!



Připravte si ve dvojicích podobnou scénku vzájemného rozhovoru, ve které se pokusíte vzniklé nedorozumění odstranit. Scénky pak mohou být předvedeny spolužákům a porovnejte, jak se vám podařilo vzájemné nedorozumění odstranit.

Dorozumívání mezi lidmi – **komunikace** slouží ke vzájemnému předávání informací, jejich přijímání a sdělování. Díky komunikaci se **utvářejí a rozvíjejí mezilidské vztahy**, přátelství a vzájemné poznávání. Pomocí komunikace jsme si **navzájem bližší**, dokážeme spolupracovat, **navazujeme přátelství**. V minulosti probíhala mezilidská komunikace víceméně při setkávání dvou a více lidí, s rozvojem písma a především elektronických médií (rozhlas, televize, internet) není pro komunikaci nutný bezprostřední (tváří v tvář) mezilidský kontakt.

SLOVO KOMUNIKACE MÁ DALŠÍ VÝZNAM - JE TO CESTA SPOJUJÍCÍ URČITÁ MÍSTA.

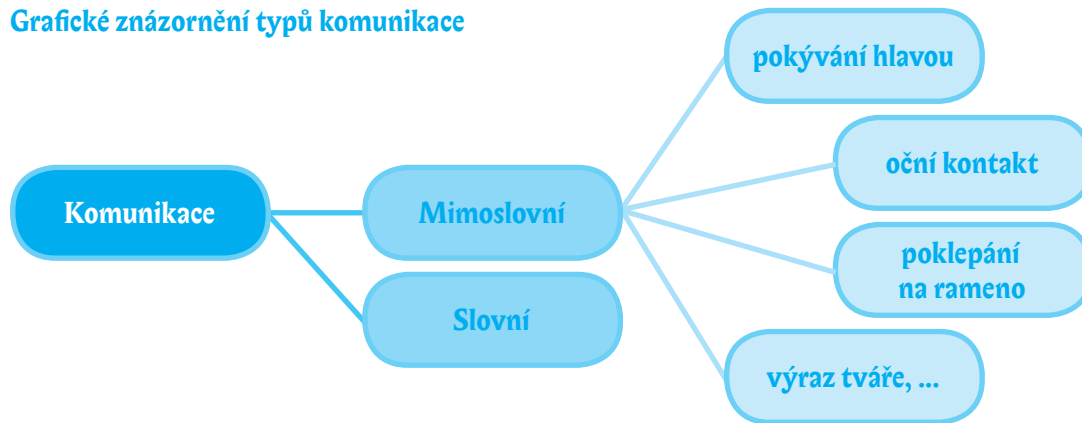


CESTA MŮŽE BÝT BUĎ HRBOLATÁ A PLNÁ VÝMOLŮ, NEBO JAKO DÁLNIČE, ZÁLEŽÍ TAKÉ NA TOM, ZDA OPRAVDU VEDE DO „CÍLE“ - KE DRUHÉMU.



Uvedte příklady překážek v mezilidské komunikaci.

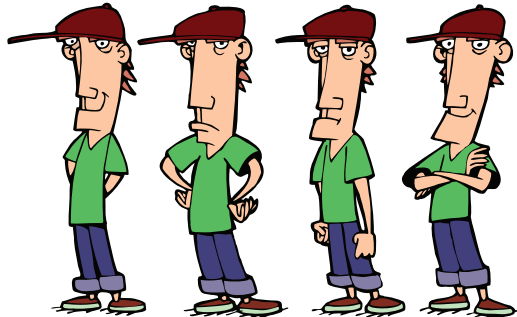
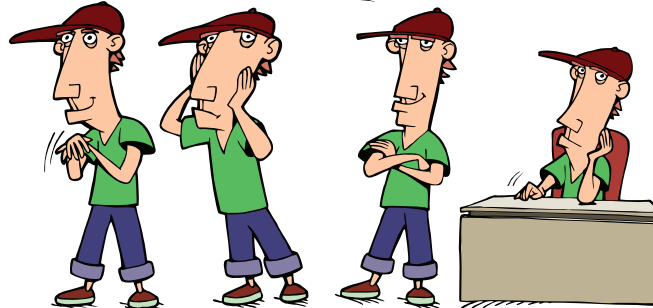
Grafické znázornění typů komunikace

**Mimoslovní komunikace**

Při vzájemné komunikaci často nepoužíváme jen slova, ale vyjadřujeme se též mimoslovně, tj. bez použití slov. Takovému způsobu dorozumívání říkáme **mimoslovní komunikace** (nonverbální). Jejím příkladem může být pokývání hlavou, poklepání na rameno, výraz tváře, tedy jen **gesta** a **mimika**. Prostřednictvím tohoto druhu komunikace si předáváme informace o tom, jak vnímáme sami sebe i svého partnera, včetně informací o vlastních emocích, napětí a rozpoložení. Tyto neverbální signály vysíláme i přijímáme většinou podvědomě.



Určete, co daný postoj, gesto vyjadřují, můžete si je i přímo vyzkoušet.

Stání**Sezení na židli, u stolu****Gesta**



Pokuste si sdělit ve dvojici krátkou zprávu o tom, co jste například dělali o víkendu, aniž byste použili mluvená nebo psaná slova.

Součástí neverbální komunikace je i **oční kontakt**. Určitě jste již zažili i nepříjemné pocity spojené s tím, že se vám při komunikaci někdo upřeně stále díval do očí nebo pořád uhýbal pohledem. Přímý souvislý pohled do očí druhého má být přiměřený situaci, tomu, o čem a ke komu mluvím, jeho délka by však neměla přesáhnout několik sekund.



Častou otázkou při mezilidské komunikaci je, jaká má být vzájemná vzdálenost komunikujících (proxemika). Můžeme říci, že čím si jsou lidé bližší, tím také menší vzdálenost při komunikaci vůči sobě udržují (velmi blízcí lidé v tzv. intimní sféře do vzdálenosti 50 cm, pak je vzdálenost odstupňována, ve formálních vztazích je asi 1,2 až 3,6 metru).

Proxemické zóny v diagramu Edwarda T. Halla z r. 1966.



Slovní komunikace

Lidé se mezi sebou dorozumívají prostřednictvím slov mluvených nebo psaných. Takovéto **komunikaci** proto říkáme **slovní** nebo také verbální. Pomocí slov, vět si navzájem sdělujeme nejrůznější informace. Pomáhá nám při seznamování, plnění povinností, slouží i k zábavě a odpočinku. Nejčastějším příkladem této komunikace je **rozhovor**.



Verbum znamená latinsky slovo.



Najděte ve slovníku, na internetu význam těchto dalších odborných pojmů a vysvětlete je vlastními slovy: komunikátor, komunikant, gestika, mimika, haptika, médium.



Uveďte příklady použití slovní komunikace, s nimiž se můžete setkat v běžném životě.

Aktivní naslouchání

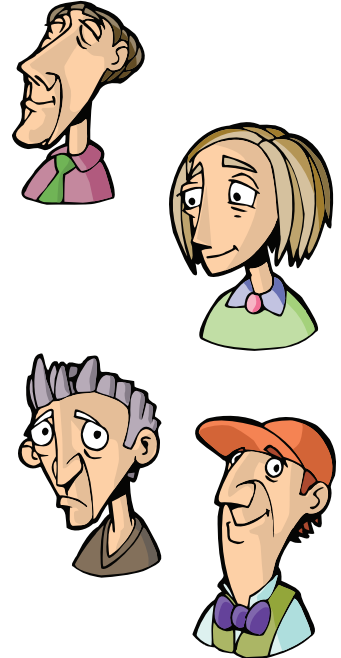
Vzájemné **naslouchání** představuje důležitou složku správné komunikace. Pokud opravdu nasloucháme, znamená to, že se snažíme přijímané informace zpracovat, pochopit to, co je nám sdělováno. Při **aktivním naslouchání** si navzájem upřesňujeme to, co nám druhý říká, prostřednictvím opakování vlastními slovy (parafrázování) a doplňujících otázek. Také se snažíme vyjádřit zájem o to, co mluvčí říká, například vyjádřením souhlasu, pokyvováním hlavou. Stranou by také nemělo zůstat, pokusit se vnímat **pocity** druhého.



Rozpoznávání pocitů – dle obrázků výrazů tváří se snažte rozpoznat pocity, které příslušné osoby mohou mít.

(*Varianta k úkolu*): pokuste se mimikou nebo postojem vyjádřit některý z vybraných pocitů. Vaši spolužáci by měli poznat, o jaký jde pocit.

Příklady pocitů: veselost, hrdost, smutek, sebejistota, nervozita, laskavost, lítost, nespokojenost.



Pracujte ve dvojicích. Nejprve si v bodech napište např. vaše záliby, co jste dělali o víkendu, děj oblíbené knihy, filmu apod. Své poznámky sdělte svému sousedovi, který vás bude pozorně poslouchat. Jeho úkolem bude vlastními slovy zopakovat (parafrázovat) každou z přečtených informací (Říkal jsi že,... Jestli tomu dobře rozumím... Pochopil jsem tě tak, že...). Poté si role vyměňte.

Po skončení můžete vzájemně zhodnotit, jak jste si naslouchali a zda jste si porozuměli.

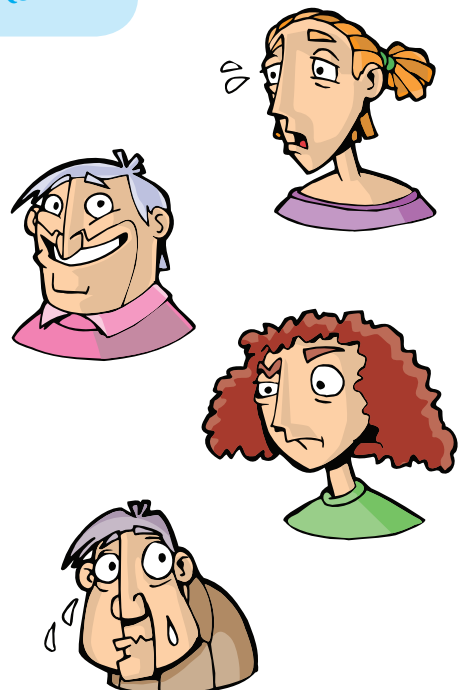
Hlavním cílem aktivního naslouchání je, co nejlépe **pochopit druhého**, jeho myšlenky, pocity. Proto je nutné **vyhnout** se při aktivním naslouchání jakýmkoliv **výrokům**, které by byly vůči druhému nějakým způsobem **kritické** nebo **odsuzující**. Nejprve se proto snažím druhého co nejlépe pochopit a teprve posléze mohu vyjádřit svůj vlastní názor, například kritiku, která je podložena dostatečnými argumenty z mé strany. Samozřejmě nepoužívám vulgarismy a kritizuji názor, ne jeho nositele.

Poznali jsme, jak je komunikace důležitá pro život mezi lidmi. Nedorozuměním mezi lidmi vzniklými během vzájemné komunikace lze zabránit nejlépe tak, že se budeme snažit dodržet určité zásady. Kromě slovní a mimoslovní existují také jiné – zvláštní - způsoby komunikace. Zde můžeme zmínit Braillovo písmo pro nevidomé, znakovou řeč pro neslyšící, prstovou nebo Morseovu abecedu.



Ve dvojicích formulujte ZÁSADY SPRÁVNÉHO ROZHOVORU

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.



Toto je pouze náhled elektronické knihy. Zakoupení její plné verze je možné v elektronickém obchodě společnosti eReading.