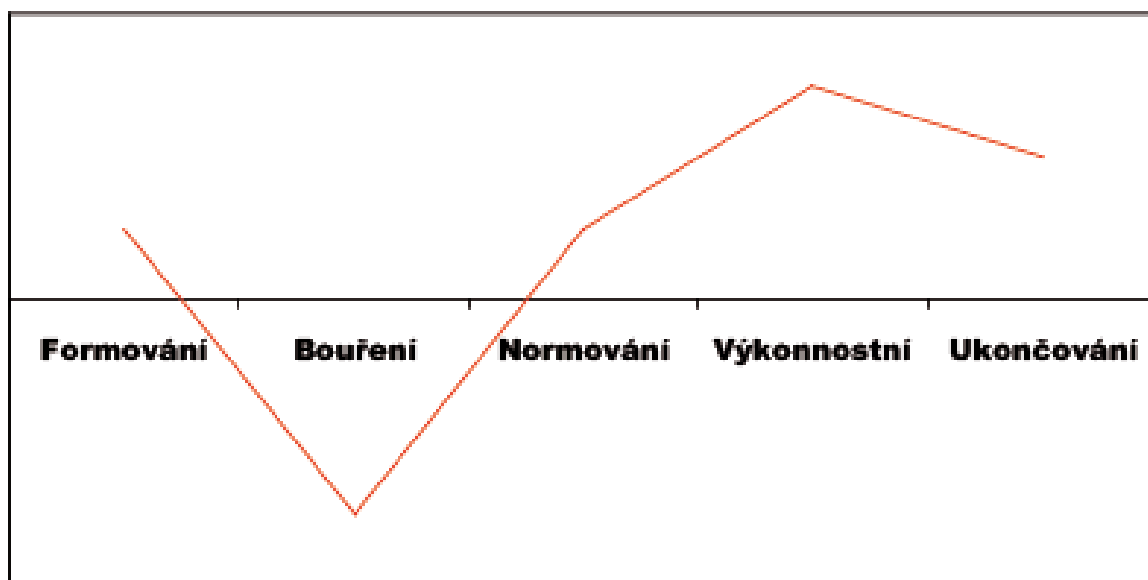


*Jan Čáp Smrčka*

# HERNÍČEK

## SKUPINOVÉ DYNAMIKY



*Hry jsou řazené dle orientace na určité aspekty rozvoje skupiny:*

- 1) PŘEDSTAVOVÁNÍ A POZNÁVÁNÍ
- 2) KOMUNIKACE, VYTVÁŘENÍ SKUPIN
- 3) POZOROVÁNÍ A VNÍMÁNÍ
- 4) IDENTIFIKACE A VCÍTĚNÍ
- 5) AGRESE A PROSAZOVÁNÍ



# PŘEDSTAVOVÁNÍ A POZNÁVÁNÍ

Ve fázi seznamování si každý účastník může vytvořit představu o tom, co ho v dalším výcviku očekává - obavy, očekávání jak ve směru k sobě, tak k ostatním, je třeba si uvědomit, verbalizovat a sdělit. Tím se získávají body k volbě dalších oblastí, na které lze hry orientovat, a k formulaci postupných učebných cílů celé skupiny.

Představování není jen jednorázovým aktem na počátku procesu skupinové dynamiky. Cíle jednotlivých her zařazených do tohoto oddílu jsou mnohostranné. Ve hře se má uskutečnit první kontakt mezi členy skupiny, má se překonat počáteční vzájemný ostych a obavy. Protože role jednotlivých účastníků jsou na začátku rovnocenné, přenáší se tato vyrovnanost do celkové situace hry. Jsou předpoklady pro to, aby se předešlo vytváření podskupin - pokud je již někdo "mimo" skupinu, může se této role snáze zbavit. Outsideri se v procesu seznamování snáze integrují do skupiny.

## JMÉNA, NAVAZOVÁNÍ KONTAKTŮ, ROZHOVORY

### Schovávání a nalézání jmen

**Trvání:** asi 15 minut

**Věk:** děti a dospělí

**Velikost skupiny:** 8 - 12

**Materiál:** barvy, fixy, papír, lepenka, zavírací špendlíky

Každý dostane za úkol napsat své jméno na papír tak, aby ti, co je chtějí přečíst, museli navázat přímý kontakt. Např.: napsat si jméno přímo na paži a obléci si pulovr, na vnitřní stranu pásku, napsat jména na papír zrcadlově, napsat je na lepenku a nosit ho pověšené na krku atd.

### Nástěnné noviny

**Věk:** všechny věkové skupiny

**Materiál:** papír, barevné fixy

Všichni účastníci se postupně představují skupině tím, že napíší své jméno na nástěnku a namalují se k němu. Následuje ve dvojicích - nebo v plénu - diskuse o pocitech a pozorování při představování.

**Kritéria pozorování:** jak kdo píše - hranatě, rytmicky, plynule, velká či malá písmena, kdo jaké barvy volí

**Nebezpečí:** nedoporučuje se pozorování soustřeďovat na jednotlivce a vyhodnocovat ve skupině; přílišné koncentrování na jedince vede ke stažení a zablokování



### **Místo po mé pravici je volné**

**Trvání:** pokud jsou všichni zaujati, ne dlouho

**Věk:** děti i dospělí

**Velikost skupiny:** 8 - 20

Všichni sedí v kruhu. Jedno místo zůstává volné. Hráč sedící nalevo od prázdného místa začíná: "Místo po mé pravici je volné, chci, aby tam seděl ...". Hra vyžaduje svižné tempo.

**Nebezpečí:** je třeba dbát na to, aby se všichni zúčastnili. Je proto vhodné, aby hrál i vedoucí, který může průběh hry do jisté míry regulovat

### **Paměť pro jména**

**Trvání:** asi 15 minut

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** závisí na kapacitě paměti účastníků

Účastníci sedí v kruhu. Jeden řekne své jméno - jeho soused po pravici pokračuje tím, že zopakuje první jméno a přidá své. Při menším počtu účastníků lze pokračovat tak, že se opakují všechna jména od začátku, jinak jen poslední čtyři. Hrát tak dlouho, až všichni zopakují celý kruh, jinak jedenkrát dokola.

**Nebezpečí:** jde především o paměť - to může pro jedince se špatnou pamětí vést k trapným zážitkům

### **Jméno a pohyb**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** libovolný počet

Všichni stojí v kruhu. Každý vysloví své jméno a udělá gesto nebo pohyb. Všichni členové opakují jméno i pohyb bez komentáře.

### **Kritéria pozorování:**

- Kdo dělá pohyb sám?
- Kdo zvolí jednoho nebo více partnerů?
- Kolik prostoru potřebuje každý pro svůj pohyb?
- Kdo poruší pravidlo tím, že svůj pohyb komentuje?

**Úskalí:** u dospělých a velmi utlumených skupin vyvolá nutnost neverbálního vyjádření úzkost



## Navazování kontaktu

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** ne více než 20

**Cíle:** navazování kontaktu v neznámé skupině

Skupina se rozdělí na první a druhé. Každý druhý se baví 2 - 5 minut s prvním, každý druhý představí v plénu svého prvního a naopak každý se představí sám, jak chce. Ten, kdo s ním vedl rozhovor, doplňuje, každý si volí libovolného dalšího partnera k rozhovoru a toho pak představí.

### **Kritéria pozorování:**

- Kdo volí partnera - kdo je volen?
- Co kdo považuje za důležité sdělit - jméno, stav, věk, status, koníčky, zájmy, pocity, obavy, co se zamlčuje?
- Kdo hovoří jak dlouho - nahlas, plynule, zřetelně, srozumitelně?

### **Úskalí:**

Obvykle není účelné hned po proběhnutí hry shrnout pozorování ve vztahu k jednotlivci a vyhodnocovat je ve skupině. Hovořit před velkou skupinou i volit podle sympatií může vyvolat úzkost.

## Výměna zkušeností

**Věk:** bez omezení (účastníci však musí mít zkušenosti se skupinovou prací)

**Velikost skupiny:** 8 - 20

**Cíle:** naučit se hovořit s partnerem tak, abych mohl jeho výpověď prezentovat místo něho

Dva členové skupiny, kteří se dosud neznali, se vzájemně seznámí a sdělí si jeden kladný či záporný zážitek, který měli ve skupině. Oba partneři se skupině představí vzájemně tím, že sdělí zážitek druhého. Původní dvojice se rozdělí, vytvoří si nové a sdělí si zážitky i obtíže představování.

### **Kritéria pozorování:**

- Kdo volí kterého partnera?
- Kdo je volen?
- Kdo hovoří jak dlouho - plynule zřetelně?
- Jak přesně jsou prezentovány názory druhého?
- Jak kdo partnera opravuje?

**Úskalí:** nejtít příliš do individuální analýzy při rozboru průběhu, hovořit před větší skupinou může vyvolat úzkost



## Očekávání - obavy

**Věk:** mladiství a dospělí

**Velikost skupiny:** 8 - 20

**Cíle:** naučit se hovořit s druhými tak, aby bylo možno prezentovat jeho názory místo něho

Očekávání a obavy je třeba vnést do skupiny, aby bylo možno je při skupinovém dění brát v úvahu. Účastníci se podle vlastní volby rozdělí do dvojic a hovoří na téma "očekávání a obavy" z dalšího skupinového dění ve smyslu obsahu semináře, prožívání volného času apod. Oba partneři se vzájemně představí skupině, pokud jde o informace, které o sobě získali právě ve smyslu zadaného úkolu. Dvojice se spojí po dvou (tedy do čtveřic) a hovoří o obtížích, které měly při představování.

### ***Kritéria pozorování:***

- kdo si volí koho k rozhovoru
- kdo je volen
- jak kdo formuluje svá očekávání a obavy
- kdo hovoří jak dlouho - plynule - jak přesně jsou výpovědi partnera prezentovány
- co kdo vynechává či přidává ze svého
- kdo zasahuje, když se domnívá, že jeho výpověď není správně podávána

**Úskalí:** vesměs nemá smysl jít do individuální analýzy

## Představování partnera

**Věk:** mladiství a dospělí

**Velikost skupiny:** 8 -20

**Materiál:** šňůrky stejné barvy a stejné délky v počtu, který se rovná polovině počtu účastníků

**Cíle:** naučit se přesně podat výpověď druhého

Vněst do skupiny téma obav a očekávání. Vedoucí si vezme svazek šňůrek tak, aby polovina konců šla na jednu a polovina na druhou stranu. Přitom nemá být jasné, který konec patří které šňůrce. Každý účastník si vezme jeden konec, tím vzniknou dvojice. Partneři se představí, pokud jde o očekávání, přání, obavy, problémy a plány ve vztahu k semináři a pak každý v daném směru druhého představí.

### ***Kritéria pozorování:***

- kdo hovoří, jak dlouho - plynule apod.
- jak přesně jsou výpovědi partnera prezentovány
- kdo opravuje, když se domnívá, že jeho výpověď není podávána správně

**Úskalí:** vesměs není smysluplné hned zaměřit pozornost na jednotlivce, protože odpadá nutnost volit partnera, je tento způsob vytváření dvojic snazší



## **Portrét a interview**

**Věk:** všechny věkové skupiny

**Velikost skupiny:** 8 -20

**Materiál:** papír a psací potřeby na kreslení

**Cíle:** naučit se podat výpověď druhého místo něho nezkresleně

- volba partnera (např. pomocí šňůry)
- každý svého partnera namaluje
- každý se svým partnerem provedl interview na dané téma:
  - Co by sis vzal s sebou na pustý ostrov?
  - Proč právě to?
  - Kdybys měl být zvíře, které by sis zvolil a proč?
  - Co bys dělal, kdybys vyhrál 100 000 Kč a proč?
- vzájemné představení plénu na dané téma

## **Šnek**

**Věk:** mladiství

**Velikost skupiny:** 8 -20

- určit partnera ke hře
- úloha pro dvojice:
  - jeden se stočí do šnečí ulity, tj. skrčí se co nejvíce
  - druhý ho má rozmotat verbálně či neverbálně
  - hráči si vymění role
- hráči si pak sdělí svá očekávání, pokud jde o další průběh kurzu
- vzájemné představování v plénu
- ve čtveřicích (dva páry, které se sami zvolí) jsou probírány následující otázky:
  - Co bylo na představování nápadné?
  - Co bylo nejobtížnější?

### ***Kritéria pozorování:***

- Jak se partneři pokoušeli partnera vytáhnout z ulity?
- Vytvářeli se dvojice co do pohlaví homogenní či heterogenní?

**Úskalí:** při lákání z ulity mohou vyvstat obavy z doteku, o kterých je třeba hovořit

## **Křížovka z křestních jmen**

**Trvání:** asi 30 minut

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** asi 12 -20



**Materiál:** papír a psací potřeby

**Cíle:** navázání kontaktu v cizí skupině

Každý z účastníků napíše své jméno velkými tiskacími písmeny na arch papíru, který se předem rozdává. Každý pak musí zjistit, zda mezi spoluhráči jsou jedinci se jmény či přezdívkami, které začínají písmeny, jež jsou v jeho jménu. Toto jméno napíše na papír tak, jak tomu je v křížovce. Když jsou všichni hotovi, vytvoří hráči kruh a dostanou postupně pořadová čísla. Každý se pokusí jména, která má ve své křížovce, doplnit odpovídajícím číslem. Každý se skupině ještě jednou představí.

**Kritéria pozorování:** kdo a jak navazuje kontakt, když hledá křestní jméno do křížovky

**Úskalí:** není účelné analyzovat detailně chování jedinců, brzdí to další spontaneitu

## **POKUS O CHARAKTERISTIKU SKUPINY HROU**

### **Poznávání z kreslené sebe prezentace**

**Trvání:** asi 90 - 120 minut

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 -10

**Materiál:** prázdné diaraměčky s krycími sklíčky, fixy - když nelze použít papír a barevné tužky

**Cíle:** sebe prezentace kresbou

- každý namaluje malý obrázek, kterým se pokusí sám sebe charakterizovat
- obrázky jsou postupně prezentovány - diaprojektorem
- spoluhráči postupně komentují prezentované kresby, odpovídá se na otázky:
  - Jaká přezdívka by se hodila ke kreslícímu?
  - Co by mohl dělat kromě povolání, které teď dělá?
  - Jaké by asi mohl mít koníčky?
  - Co se od něho dá čekat?
- prohoření názorů v plénu

**Kritéria pozorování:** váhání na začátku kresby; kdo jak kresby posuzuje (agresivně, shovívavě), přehodnocuje

### **Identifikace na základě kresby**

**Trvání:** 60 minut

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 -10



**Materiál:** dia-rámečky s krycími sklíčky, projektor, když nejsou k dispozici papír a barevné fixy

Každý namaluje malý obrázek, kterým se pokusí sám sebe charakterizovat (může jít o znak či symbol). Obrázky jsou průběžně očíslovány a upevněny na stěnu a postupně prezentovány. Každý se pokusí přiřadit kreslíciho k obrázku. Každý napíše svůj odhad za číslo k tabulce. Diskuse. Autoři podají vysvětlení, co chtěli svou kresbou vyjádřit.

### **Volba obrázků**

**Trvání:** 60 minut

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 10 -20

**Materiál:** časopisy, nůžky, napínáčky, papíry a psací potřeby

Každý si z časopisu vybere obrázek, který se mu líbí. Obrázky jsou umístěny na stěně. Spoluhráči připisují tomu, kdo obrázek volil, vlastnosti, které si každý sám pro sebe zapíše:

- jakou přezdívku by bylo možno této osobě dát
- jaké povolání by mohla dělat
- jaké má asi koníčky
- co se od této osoby dá v průběhu semináře očekávat

**Kritéria pozorování:** jak jednoznačné jsou asociace k jednotlivým osobám

**Úskalí:** některé asociace se mohou toho, kdo obrázek vybíral, silně dotknout; je třeba po skončení hry výroky relativizovat.

### **Posuzování osoby na základě jednostranné výpovědi**

**Trvání:** 60 minut

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 -10

**Cíle:** uvědomit si, jak si uděláme obraz o druhých lidech na základě jednorázové informace

Jeden z účastníků si po dobu 2 minut stoupne před skupinu a něco řekne. Spoluhráči této osobě připisují určité vlastnosti:

- jakou přezdívku by tato osoba mohla mít
- jakého má asi koníčka
- co od ní lze v průběhu semináře očekávat

**Kritéria pozorování:** o čem osoba hovoří, zda souhlasí její výraz s obsahem řečeného





**Úskalí:** pro některé účastníky je obtížné hovořit před ostatními

## KOMUNIKACE A VYTVÁŘENÍ SKUPIN

Uvedené hry zařazujeme, když nám jde o to zaměřit se na:

- ukazování a formulování emocí
- uvědomění si vlivu verbálního pojmenování emocí a jejich průběhu
- diferencovanou percepci různých forem komunikace jednotlivých členů skupiny

### Úskalí a meze

Vedoucí by dříve, než hry zařadí, měl znát skupiny co do úrovně komunikace. Orientací mu v tomto směru mohou být výsledky některých her ze skupiny "představování". Otázky, které by si vedoucí měl zodpovědět, jsou například - kdo se přeceňuje, podceňuje, co je potlačováno, v čem dochází ve skupině ke zkreslení.

### Praktické rady

V aktivitě skupiny je třeba navodit jen tolik neobvyklého, kolik může každý jedinec zpracovat. Hry, ve kterých dochází k předávání zpětnovazebních situací - informací - jsou v dalším textu zahrnuty do dvou oddílů. V oddíle Komunikace a vytváření skupin jsou zahrnuty hry, ve kterých jeden účastník sděluje druhému, jak na něj jeho chování působí. Naproti tomu v oddíle Identifikace a vcítění sděluje skupina jedinci, jaké pocity jeho chování vyvolává. Při těchto hrách se doporučuje dbát na mimiku a gestiku - právě v této oblasti dochází často k chybám v interpretaci, zejména u dospělých.

### Hra na porozumění

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 12 - 20

**Materiál:** lístečky s čísly pro všechny účastníky

**Cíle:** navazování neverbálního kontaktu a dorozumění

Účastníci sedí v kruhu - jeden dobrovolník uprostřed. Každý má u sebe lísteček s číslem, které zná jen on sám. Ten, který sedí uprostřed, vyvolá náhodně číslo - například 16. Účastník, který má toto číslo, vyvolá další dvě čísla - třeba 11 a 17. Ti, kteří mají tato čísla, si musí vyměnit místa. Ten, kdo seděl uprostřed, se pokouší zjistit, kteří dva účastníci se budou vyměňovat a jeho cílem je zaujmout místo některého z nich. Protože nikdo na počátku neví, jaké má kdo číslo, je nutné, aby se daní dva účastníci neverbálně dohodli, ovšem tak, aby účastník uprostřed nemohl jejich komunikaci sledovat.

**Kritéria pozorování:** jak je kontakt navozen, je obtížnější ukázat své úmysly nebo pochopit druhého



### **Hra na atomy (molekuly)**

**Trvání:** asi 15 minut

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 10 - 20

**Cíle:** spontánní navazování kontaktu

Všichni účastníci se volně pohybují v prostoru. Vedoucí vyvolá číslo - atom 3, nebo atom 11. Hráči se pak spojí v "molekuly" o 3, nebo 11 atomech. Kdo zbude, vypadne. Hra se hraje tak dlouho, až zbudou jen dva hráči. V další hře dostane skupina za úkol tyto dva hráče co nejdříve vyloučit.

**Kritéria pozorování:** kdo se prosadí; jak; kdo se nechá vytlačit; jak reaguje skupina na tyto fenomény

### **Mrkaná**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 11 - 21 (lichý počet)

**Cíle:** využití mimiky k navazování kontaktu

Polovina účastníků sedí v kruhu - jedna židle je prázdná. Za každou židli stojí hráč s rukama založenýma za zády. Hráč stojící za prázdnou židli se snaží navázat očima kontakt s některým sedícím hráčem. Ten se snaží co nejrychleji vstát a sednout si na prázdnou židli. Spoluhráč stojící za ním se pokouší mu v tom zabránit. V průběhu hry se sedící a stojící hráči vymění.

**Kritéria pozorování:**

- Jaká je výchozí pozice - kdo dává přednost tomu být volen (sedící) či volit?
- Rozdělí se skupina na dívky a chlapce?
- Je oční kontakt jednoznačný?
- Kdo je častěji vyvoláván?
- Vytvářejí se dvojice?

**Úskalí:** snadno se stává, že někdo není vtažen do hry. Je dobře, aby se vedoucí účastnil hry

### **Honzo, kde jsi?**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 12 - 20

**Cíle:** orientace bez zrakové kontroly



Všichni účastníci sedí v kruhu. Uprostřed stojí pevný stůl. Dvěma hráčům se zaváží oči, jeden se snaží druhého chytit. Nesmí opustit kruh! Musí udržovat kontakt se stolem uprostřed. Hledající se smí třikrát nahlas zeptat: "*Honzo, kde jsi?*" Hledaný se musí nějak zvukem projevit (slovy, písknutím, tlesknutím). Každá sekvence má asi 2 - 3 minuty. Každý z hráčů "v akci" předá po hře šátek na zavázání očí dalšímu spoluhráči podle své volby.

### **Rodina Nováků**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 12 - 40

**Materiál:** papír a psací potřeby

Vedoucí si připraví tolik lístků papíru, kolik je účastníků hry. Na ně napíše příjmení (vymyšlená - pokud možno tak, aby se ve skupině reálně nevyskytovala) a příbuzenský poměr. Je třeba vzít ohled na počet hráčů. Je-li dělitelný 4, uvedou se u každého příjmení 4 role: otec, matka, dcera, syn. Např. tedy: Novák - otec, Nováková - matka, Nováková - dcera, Novák - syn. Lístečky se všem hráčům rozdají. Ti se pohybují volně po místnosti a stále si lístečky mezi sebou vyměňují. Na pokyn vedoucího hry se příslušníci jedné rodiny musí najít a sednout si spolu na jednu židli. Nejdříve otec, pak matka, dcera, syn. Rodina, která usedne poslední, vypadá ze hry. Pak se opět vyměňují lístky. Dorozumívat se mohou členové jak verbálně, tak neverbálně. Je možno užít i jména zvířat - kočky, psa, koně, atd.

**Kritéria pozorování:**

- Jak rychle se členové rodin najdou?
- Kdo aktivně hledá?
- Kdo se nechá najít?
- Jsou někteří hráči vždy krystalizačním jádrem své rodiny?
- Jak působí na hráče úkol si na sebe sednout?

### **Přiliv a odliv**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 40

**Cíle:** každý má možnost podněcovat skupinu k činnosti podle vlastních podnětů

Účastníci získají zkušenost, že ve skupině jsou s to po určitou dobu vést ostatní. Vedoucí začne vyprávět příběh, který se týká lidí na pláži. Celá skupina příběh "hraje" - chodí, poskakuje, sluní se, hraje si s míčem atd. Když se v příběhu vyskytne slovo "odliv", musí si všichni sednout na zem. Kdo se posadí poslední, vypráví dál, až do slova "odliv" nebo "přiliv". Pak si musí všichni stoupnout nebo se usadit tak, aby se nedotýkali nohama země (na židli, stoly). Kdo je poslední nebo kdo se zmýlí (sedne si na zem), vypadá ze hry.



## Všichni dělají, co dělá Janka

**Věk:** děti a mladiství, dospělí jen pokud jsou na herní situace zvyklí

**Velikost skupiny:** 6 - 40

**Materiál:** čepice

**Cíle:** každý může skupinu podnítit ke společné činnosti

Hráči se pohybují po místnosti. Jeden má na hlavě čepici a dělá nápadné pohyby (zvláštní způsob chůze, pohyby rukama atd.). Všichni ostatní spoluhráči tyto pohyby napodobují - nositel čepice ji sám podle vlastního uvážení předá dalšímu, který tím přejímá roli vedoucího hry. Když někoho nic nenapadá, napodobí skupina jeho postoj.

**Kritéria pozorování:**

- Jaké pohyby kdo dělá - pomalé, rychlé, jednoduché, komplikované, v chůzi, ve stoje?
- Kdo dělá pohyby sám, kdo se s někým spojí?
- Jak dlouho si kdo nechá čepici?

## **TĚLESNÝ VÝRAZ**

### Raketa

**Věk:** mladiství i dospělí

**Velikost skupiny:** 8 - 40

**Materiál:** rádio, magnetofon či gramofon

Skupina se pokouší přehlušit zvuk, vycházející z rádia (vedoucí ho může regulovat), tj. zesiluje a zeslabuje libovolné zvuky. Lze i bez zdroje, jen na ukázání vedoucího, nebo i bez.

**Kritéria pozorování:**

- Kdo udává intenzitu zvuku?
- Jsou všichni iniciativní?
- Komu dělá potíže křičet?
- Kam se kdo při hře dívá?

### Procházka

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 10 - 40

Vedoucí vypráví, co viděl a prožil na procházce, a doprovází své vyprávění pohyby, které hráči napodobují: pochodování po silnici - hledání. Šumění vody: třít o sebe dlaně. Dívat se



do dálky: stínit si oči. Ve vyprávění se zmíní o tom, že potkal dalšího člena skupiny - ten ve vyprávění pokračuje.

***Kritéria pozorování:*** kdo vypráví - jak dlouho - kdo komu předává

Jako samostatná hra není zvlášť přitažlivá, nemá konec. Princip se dá užít při jiné hře, např. ti, kdo "vypadnou" první, často chybně, aby nemuseli hrát (to se stává při "atomech"). Mohlo by se to týkat prvních 8 - 10 vypadnutých účastníků.

### **Zrcadlová pantomima**

***Věk:*** bez omezení

***Velikost skupiny:*** 8 - 40

Každý hráč si najde partnera. Oba si stoupnou proti sobě tak, aby měli dostatek místa pro volný pohyb. Pak se oba pomalu začnou pohybovat, a to tak, že jeden napodobuje zrcadlově druhého. Hra se opakuje v dalších dvojicích.

***Kritéria pozorování:***

- Kdo se ujme "vedení", či pohyb je napodobován?
- Střídají se oba partneři ve vedení? Jak?
- Jaké pohyby kdo provádí?
- Zavádí někdo obtížné prvky, aby znemožnil napodobování?

### **Skupinová pantomima**

***Věk:*** bez omezení

***Velikost skupiny:*** 6 - 20

***Cíle:*** naučit se dojít ke skupinovému rozhodnutí

Hráči stojí v kruhu. Každý pozoruje hráče, který stojí naproti němu a napodobuje jeho pohyby, až se celý kruh v určitých pohybech sjednotí. Přitom se každý pokouší vnést vlastní pohybové prvky. Všichni leží na zemi v kruhu (hlavami do středu kruhu) se zavřenými očima. Hráči se pokoušejí navázat mezi sebou kontakt (třukáním, slovy, tóny). Smyslem je přidávat něco nového, ale zároveň vytvořit "skupinovou ideu".

***Kritéria pozorování:***

- Kdo má "pohybové nápady" a kdo ne?
- Od koho skupina nápady přijímá?
- Kdo stojí mimo?
- Kdo se "producíruje" a kdo přispívá k činnosti celku?



## **Hra rukou**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 40

Každý hráč si zvolí partnera. Pak dá vedoucí pokyn: vyměňte se pouze rukama (vzájemná gesta agrese nebo naopak mírumilovná gesta). Zavřete přitom oči - pak dá vedoucí po určité době pokyn k výměně partnerů.

### ***Kritéria pozorování:***

- U koho převažují projevy agrese či naopak přátelství?
- Je někdo předmětem agrese ostatních víc než jiný?

**Úskalí:** je-li ve skupině někdo outsiderem, ve hře se to zřetelně projeví

## **Interakční hra**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** hrají spolu vždy 2 skupiny a 8 - 16 členů

Dvě stejně velké skupiny stojí proti sobě ve vzdálenosti několika metrů. Vedoucí jim zadá následující pokyny:

- Komunikujte spolu verbálně jako celá skupina!
- Komunikujte spolu vždy s jedním členem druhé skupiny!
- Navažte neverbální kontakt s jedním členem druhé skupiny - očima - gesty!

### ***Kritéria pozorování:***

- Kdo spolu (s kým) navazuje kontakt?
- Kdo si partnera nenašel?
- Kdo má potíže jen při určitém typu komunikace?

## **Interakce mezi skupinami**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 20

Celá skupina se rozdělí do menších seskupení o 8 - 20 členech. Hrají spolu vždy dvě skupiny. Jedna od druhé je značně vzdálená a má s ní navázat kontakt - verbálně nebo neverbálně. Členové jedné skupiny "nevidí". Je třeba s nimi navázat kontakt.

### ***Kritéria pozorování:***

- Jsou kontakty navazovány mezi jednotlivci nebo mezi skupinami jako celky?



## Lidský stroj

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 15

Každá skupina má představovat stroj (eventuálně sochu). Je třeba zvolit někoho, kdo stroj navrhne, pak sestrojí ze zbývajících členů. Když jde o stroj, ten je třeba uvést do pohybu. U soch, eventuálně výjevů z dějin, tj. živých obrazů, mohou (pokud hraje paralelně několik skupin) ostatní hádat, co znázorňují.

## Cvičení s lanem

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 14

**Materiál:** lana

Členové skupiny stojí v kruhu - kolem lana, které je položeno tak, jakoby tvořilo kraje skleněné desky. Tuto "desku" je pak třeba přenést přes místnost a opatrně uložit.

Lano je pak třeba "vytvarovat" do tvaru trojúhelníka, čtverce, obdélníka atd.

**Kritéria pozorování:**

- Kdo činnost skupiny řídí?
- Kdo přispívá?
- Kdo brzdí?

## **KOOPERACE**

### Fotoloto

**Věk:** bez omezení

**Trvání:** asi 30 minut

**Velikost skupiny:** menší skupiny o 4 - 6, pro každou skupinu jeden pozorovatel

**Materiál:** pro každého hráče jedna fotografie rozstříhaná asi na 20 dílků

Všechny fotografie se uprostřed stolu smíchají a každý musí složit jeden obrázek. Přitom se smí postupovat jen tak, že se berou dílce z prostředku stolu. Jakmile hráč zjistí, že má dílce, které se k jeho obrázku nehodí, musí je vrátit doprostřed stolu. Během skládání není dovoleno komunikovat, ani zasahovat do práce druhých. Práci každé skupiny pozoruje jeden pozorovatel.



### ***Kritéria pozorování:***

- Kdo si ponechá dílce déle, než je potřebuje?
- Kdo pozoruje práci ostatních?

*Z popisu:* není jasné, zda jsou všechny fotografie stejné; nejsou-li stejné, může se stát, že několik hráčů začne skládat stejný obraz (tato verze je možná, ale určitě trvá déle)

### **Vyvíjení dílčích forem**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** libovolný počet dělitelný čtyřmi

**Materiál:** novinový papír

**Cíle:** naučit se obohacovat skupinovou činnost vlastními nápady, přijímat a rozvíjet nápady druhých

Čtyřčlenné skupiny dostanou za úkol z novinového papíru trháním vytvořit obrys zvířete. Jedna začne, po ukončení jedné partie (např. hlavy) předá dalším, až je obrys hotov.

Bez verbální komunikace, komunikovat se smí jen jednotlivými slovy.

### ***Kritéria pozorování:***

- Kdo prosadí ve skupině své pojetí?
- Manifestuje se při hře ve skupině boj o moc?

### **Tvorba vět**

**Věk:** bez omezení

**Cíle:** nácvik společně něco zformulovat. Každý má možnost výpověď pozměnit, musí však vycházet ze slov předchozích

Skupina sedí v kruhu. První řekne slovo, člen po jeho levici přidá další atd., až vznikne věta.

### ***Kritéria pozorování:***

- Účastní se všichni formulování?
- Vyhýbá se někdo úkolu tím, že přidává "vatu"?

### ***Vyhodnocení:***

Při hře se projevuje vzájemná agrese a rivalita. Autoři neuvádějí velikost skupiny, asi nejde jít přes cca 16 členů.





## Zábava

**Trvání:** 30 minut

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20

Vždy dva spoluhráči se spolu asi 15 minut baví na libovolné téma. Pak se každý pokusí prezentovat, co druhý řekl. Ten, jehož názory a výroky jsou prezentovány, se poté vyjádří k jejich správnosti.

### ***Kritéria pozorování:***

- Jak přesně je prezentován názor partnera (co je vynecháno, doplněno, změněno)?
- Jakým způsobem se partneři opravují?

Je třeba, aby rozhovor pozoroval někdo třetí. 15 minut je velice dlouhá doba. Prováděno v triádách, vždy asi 3 minuty a jeden pozorovatel. Lze využít i k nácviku nedirektivního vedení rozhovoru - poslouchající jen parafrázuje, akceptuje a podporuje.

## Povídka z adjektiv

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 10

**Materiál:** adjektiva, nejlépe vybraná z nějakého reklamního sloganu

Skupina obdrží seznam několika adjektiv, která má využít při vytvoření povídky.

### ***Kritéria pozorování:***

Kdo má nápady, jak jsou vyjadřovány:

- jako podnět
- k sebe prezentaci
- jako prostředek k sebeprosazování

**Varianty:** povídka, kde každé slovo začíná stejným písmenem; skupiny si po ukončení přidělují body za vtípnost, originalitu

## Nesmyslný rozhovor

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** větší počet skupin po 4 - 6 hráčích

Skupina dostane za úkol zvolit si libovolné téma a diskutovat zcela nesmyslně



### ***Kritéria pozorování:***

- Kdo má nápady a jak je prezentuje: jako podnět pro ostatní, jako prostředek k sebeprosazování?
- Jak ostatní podněty přijímají - či ano, či ne?

### **Komunikační hra**

**Trvání:** 45 - 60 minut

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** libovolný počet triád

Vedoucí určí téma nebo si ho určí triáda sama. Diskutuje se tak, že "A" řekne svůj názor, "B" musí napřed zopakovat obsahově přesně, co řekl "A" a pak teprve dodat svůj názor.

### ***Kritéria pozorování:***

- Jak jsou prezentovány názory druhých - pěkně, citlivě?

### **7 rukou**

**Trvání:** 10 - 20 minut

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 4 – 7

**Pomůcky:** Fixy, 3 listy A4

Na stole leží 3 listy A4 (tři hrací zóny). Hráči si napíší na hřbety svých rukou čísla od jedné do sedmi (každý hráč má jedno číslo). Poté ruce naskládají na jeden z listů A4 na sebe tak, že sedmička je úplně ve spodu a jednička nahoře.

Tři zóny tvoří místa, kam mohou hráči ruce odkládat.

Cílem aktivity je přesunout tuto hromádku rukou na jakoukoliv vedlejší zónu a zachovat princip, že sedmička je dole a jednička nahoře.

### **Způsob přesouvání rukou:**

Vždy se smí pohybovat pouze jedna ruka.

Menší číslo musí ležet na větším, nikdy ne naopak.

Smí se využívat pouze tři zón (míst), které jsou na stole určeny (vedle sebe nejlépe).

### ***Kritéria pozorování:***

- Jak probíhá domluva a strategie?
- Kdo je nejhlasitější hráč?



- Kdo projevuje nejlepší logické uvažování?
- Jak se hráči domlouvají, jaká byla atmosféra během hry?

## POZOROVÁNÍ A VNÍMÁNÍ

Při výcviku je dobré výsledky pozorování jednotlivce porovnávat, sledovat, jak různé okolnosti různí lidé vnímají subjektivněji a intenzivněji než druzí. Přitom dochází k velmi důležitému doplňování pozorovaného u každého účastníka, což prohlubuje účinek výcviku.

Při výcviku v pozorování je někdy účelné určit předem určité pozorovací kategorie, aby srovnání mohlo probíhat u všech na stejné rovině. K tomu se často využívá Balesových kategorií (orientace, hodnocení, kontrola, rozhodování, napětí, interakce). V termínech viditelného a pozorovatelného chování jde o následující:

1. Projevuje solidaritu, podporuje status ostatních, pomáhá a odměňuje.
2. Uvolňuje napětí, žertuje, směje se, ukazuje uspokojení.
3. Souhlasí, pasivně přijímá, rozumí, spolupůsobí, přidává se.
4. Dává druhým pokyny, předpokládá však jejich samostatnost.
5. Vyjadřuje své hodnocení, výsledky své analýzy. Projevuje pocity, přání.
6. Dává orientaci, informaci, opakuje, objasňuje, potvrzuje.
7. Žádá orientaci, informaci, opakování, objasnění, potvrzení.
8. Žádá projevení názorů, mínění, hodnocení, analýzy, pocitů.
9. Žádá o pokyny, návrhy, možné způsoby aktivity.
10. Odporuje, projevuje pasivní nesouhlas, formálnosti, odmítá pomoc.
11. Ukazuje napětí, prosí o pomoc, stahuje se "z pole".
12. Ukazuje nepřátelství, snižuje status druhých, obhajuje se a prosazuje se.

Skupina (či vedoucí) může navrhnout ovšem i ad hoc jiné pozorovací kategorie.

## SUBJEKTIVITA VNÍMÁNÍ

### Pozorování člena skupiny

*Věk:* 12 - 20

Několik členů skupiny pozoruje po určitou dobu, třeba i v průběhu jiné aktivity, jednoho člena skupiny, aniž ten o tom ví. Pozorovatelé i pozorovaný pak výsledek prohodí.

### *Kritéria pozorování:*

- Jak popisují různí pozorovatelé chování pozorovaného?
- Do jaké míry se v jejich popisech projevuje osobní vztah k pozorovanému?



### ***Úskalí:***

Není dobré zvolit jako objekt pozorování člena skupiny, který má zvláště negativní postavení ve skupině - pozorování se pak zaměří pouze na jeho negativní stránky. Vhodné na výletě, při sportu apod.

### **Píšeme zprávu**

***Věk:*** bez omezení

***Velikost skupiny:*** 8 - 12 členů

***Cíle:*** uvědomit si souvislost mezi profesionální orientací a subjektivním vnímáním

Každý hráč si zvolí povolání - např. řidič autobusu, žena v domácnosti, učitel, právník, hostinský apod. Společně pozorují nějaký děj - na výletě, v televizi apod. Pak každý o pozorování sepíše zprávu z hlediska "svého" povolání. Postupně jsou zprávy předčítány a následuje diskuse.

### ***Kritéria pozorování:***

- Podařilo se hráčům skutečně vžít do role, či podávají své stanovisko?

### **Detektor lži**

***Věk:*** bez omezení

***Velikost skupiny:*** 8 - 10 členů

Členové skupiny stojí v půlkruhu kolem židle, na které sedí jeden člen. Po dobu dvou minut mohou členové skupiny tomu, kdo sedí na židli (vystřídají se postupně všichni), klást libovolné dotazy. Hráč sedící na židli musí odpovídat nepravdivě. Po vystřídání všech se o pozorování a pocitech účastníků hovoří.

### ***Kritéria pozorování:***

- Jak se chová dotazovaný? Neklidně - klidně? Vyrovnaně? Zakoktavá se? Odpovídá obratně?
- Jaké otázky kladou členové skupiny?
- Kdo je agresivní, kdo přátelský?
- Vůči komu je skupina agresivní, vůči komu přátelská?
- Lze ze způsobu lhaní poznat pravdu?

## **VIZUÁLNÍ VNÍMÁNÍ A POPIS ČLENŮ SKUPINY**

### **Hra na popis**

***Věk:*** bez omezení

***Velikost skupiny:*** 10 - 20 členů



Členové skupiny se mezi sebou chvíli baví nebo hrají krátkou hru. Přitom ještě neznají zadání. Pak si sednou tak, aby se vzájemně neviděli, a každý napíše popis alespoň jednoho z ostatních (varianta - musí popsat všechny).

***Kritéria pozorování:***

- Kdo popisuje koho?
- Proč jsou někteří vybíráni častěji a někdo vůbec ne?
- Co je popisováno?
- Je jen popisováno nebo i hodnoceno?

**Popis osoby**

***Věk:*** bez omezení

***Velikost skupiny:*** 8 - 20 členů

***Materiál:*** papír a psací potřeby

Jeden ze skupiny jde za dveře. Ostatní dostanou za úkol nepřítomného přesně popsat; co do velikosti, barvy očí, vlasů, oblečení. Písemné popisy se pak srovnávají - vyberou se a uschovají. Tuto etudu je možno zařazovat po proběhnutém programu, když zbude čas. Nelze ji učinit hlavním bodem programu a postupně všechny vystřídat.

***Kritéria pozorování:***

- Proč jsou někteří popisováni přesně a jiní ne?
- Existuje souvislost mezi způsobem popisu jednotlivce a jeho postavením ve skupině?

**Odhad rukou**

***Věk:*** bez omezení

***Velikost skupiny:*** 8 - 20 členů

Dvě stejně velké skupiny stojí naproti sobě (pokud to počet dovoluje, je dobře, když jsou to muži proti ženám). Skupina "A" ukáže své ruce, skupina "B" si je pak v klidu prohlíží. Pak se členové skupiny B otočí, členové skupiny A se promíchají a postaví se každý za někoho ze skupiny B, ukáží zezadu své ruce (drží je před očima členů skupiny B, blízko očí). Členové skupiny B musí hádat, čí ruce mají před očima. Na úpravě rukou není dovoleno nic měnit. Hra se opakuje - střídají se role skupin a zvolení hráči.

***Kritéria pozorování:***

- Kdo je poznáván - kdo ne?
- Kdo identifikuje rychleji, kdo správně?



## Odhad očí

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20 členů

**Materiál:** velká stěna z pevného papíru se dvěma otvory na oči (lze postavit do dveří)

Hráči se rozdělí do dvou skupin. Jedna skupina se postaví za zástěnu a členové skupiny se postupně staví tak, aby jim byly vidět jen oči. Druhá skupina se musí pokusit poznat podle očí, o koho jde. Pak se úlohy vymění. Hádat se může kolektivně nebo každý za sebe. Pozorovaná skupina musí mít zachyceno pořadí prezentace.

**Kritéria pozorování:**

- Liší se odhady?
- Kdo je poznán častěji?
- Kdo vůbec ne - proč?

## Co se změnilo?

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20 členů

Skupina vytvoří dvě stejně početné řady, které stojí proti sobě. Po dobu dvou minut pozoruje každý toho člena skupiny, který stojí přímo proti němu. Pak se obě řady otočí tak, aby se už neviděly, a každý na sobě změní tři věci. Potom se hráči opět otočí k sobě a snaží se tři změny identifikovat.

**Kritéria pozorování:**

- Volí hráči změny, které se dají identifikovat snadno, nebo obtížné prvky?
- Proč je pro někoho obtížné identifikovat změny?

## **POZOROVÁNÍ HMATEM A SLUCHEM**

### Dotek

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20 členů

**Materiál:** dvě hůlky (nebo vařečky), šátek

Jednomu z hráčů zavážeme oči. Dostane do každé ruky hůlku a je postaven do středu kruhu. Před něj se postaví jeden z hráčů. Ten má se zavázanýma očima pomocí hůlek poznat, o koho jde. Pokud se mu to podaří, zaváže si oči poznaný. Někdo další ze skupiny se před něj postaví.

**Kritéria pozorování:**



- Podle čeho je kdo identifikován - oblečení nebo tělesné znaky?
- Jak kdo ohmatává?
- Jak působí ohmatávaný?
- Hra může vyvolat nepříjemné pocity, o kterých je nutno bezpodmínečně hovořit. Nejde o individuální problémy - je třeba vzít v úvahu sociokulturní pozadí.

### **Hra s prostěradly**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20 členů

**Materiál:** pro každého člena skupiny prostěradlo nebo povlak na polštář či peřinu

Každý hráč si přes hlavu přetáhne povlak nebo prostěradlo. Pak chodí všichni mlčky po místnosti a pokouší se hmatem zjistit, kdo se pod povlakem skrývá. Když se dva identifikují, vypadnou ze hry.

#### ***Kritéria pozorování:***

- Podle čeho je kdo poznán - podle oblečení, tělesných znaků?
- Jak se kdo druhého dotýká? Jemně? Citlivě? Jak se chová ten, kdo je poznán?

#### ***Úskalí:***

Nepříjemné pocity, které se ve hře vyskytnou, je třeba brát vážně, neodbyť jako individuální problém a chápat souvislosti se sociokulturním pozadím.

### **Kdo chybí?**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 12 - 20 členů

**Materiál:** deka

Všichni hráči stojí v kruhu obličejem ven a mají zavřené oči. Vedoucí změní jejich polohu tak, aby nikdo neviděl, kde kdo stojí. Konečně jednoho hráče postaví doprostřed, usadí ho na zem a přikryje dekou. Na signál vedoucího se všichni otočí. Kdo si první všimne, kdo chybí?

#### ***Kritéria pozorování:***

- Jak rychle je identifikován chybějící?

#### ***K diskusi:***

Rychlost, se kterou je identifikován, je do jisté míry závislá na jeho postavení ve skupině. Je proto nevhodné dávat hádat velmi výrazné osobnosti. Na druhé straně se může stát, že vzniká postavení "outsiderů", kteří jsou snadno přehlédnuti. Je třeba toto "přehlédnutí" prohovořit.



### **Ptáčku, pípni**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20

**Materiál:** šátek

Hráči sedí v kruhu, jeden má zavázané oči. Posadí se někomu na klín a vyzve ho: "Ptáčku, pípni". Vyzvaný musí odpovědět změněným hlasem (3x). Když hádající nepozná, o koho jde, musí si předsnout a hádat znovu. Když hádající uhodne, předá šátek uhodnutému.

**Varianta:** hádá se hmatem

### **Šeptanda**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20 členů

**Materiál:** šátek

Hráči sedí v kruhu. Jeden stojí uprostřed se zavázanýma očima, vedoucí ho několikrát otočí kolem své osy tak, aby ztratil orientaci. Pak tento hráč ukáže libovolným směrem. Hráč, na kterého ukáže, musí zašeptat větu. Podle toho má hráč ve středu šeptajícího poznat. Když se mu to nepodaří, musí ukázat jiným směrem. Ve hře se pokračuje, než někoho pozná. Poznáný hráč zaujme místo hádajícího.

**Varianta:**

Okolostojící si zamění místa - zejména v pozdějších fázích mají hráči zafixováno, kde kdo je.

## **UVĚDOMOVÁNÍ SI OBTÍŽÍ PŘI PŘEDÁVÁNÍ INFORMACÍ**

### **Tichá pošta**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20

Skupina sedí v kruhu. Na pokyn vedoucího pošeptá jeden hráč něco svému sousedovi. Každý předá zprávu dál, až se dostane věta k vysílajícímu. Obě verze se srovnají. Je také možno vysílat pohyby, pak ale je třeba uspořádání změnit tak, že při předvádění je přítomen jen jeden člen skupiny. Toho se dá dosáhnout tak, že skupina je za dveřmi a vrací se po jednom. V tom případě je lépe, když je přítomna ještě další skupina, eventuálně skupiny, které posuzují, kde a jak k "posunu" došlo.

**Hodnocení:** Nepřesný poslech, selektivní poslech, asociace, schematické poslouchání.





## **Rozšiřování šeptandy**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20

Hráči sedí v kruhu. Jeden z hráčů dá do oběhu nějakou "domněnku". Druhý ji vezme za bernou minci a dodá další podrobnosti nebo jí rozvede. Když se všichni vystřídají, srovná se závěrečná forma s původní verzí. (Je asi lépe si první větu připravit - zprávy se předávají tiše - jako šeptanda)

## **Řetěz**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 20 členů

Část skupiny opustí místnost. Jeden ze skupiny, který zůstal uvnitř, vypráví povídku - ne příliš krátkou, s mnoha podrobnostmi. Jeden z posluchačů přivede člena skupiny, který byl za dveřmi a povídku neslyšel a sám mu ji zopakuje. Ten pak převypráví text dalším atd. Nakonec se původní verze srovná se závěrečnou.

**Modifikace:** Místo povídky lze na začátku přečíst text, ve kterém je mnoho detailů - to usnadňuje srovnání.

**Kritéria hodnocení:** důvody deformace informací (subjektivní vnímání, interpretace děje, nesprávné chápání).

## **Pantomima**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20 členů

**Cíle:** výcvik ve vnímání více dimenzí sděleného

Několik účastníků opustí místnost. Ti, co zůstali uvnitř, se dohodnou na určitém ději, který lze pantomimicky znázornit bez rekvizit, např. přebalování dítěte, zubař apod. Jeden z čekajících je zavolán dovnitř a scéna je mu předvedena s tím, že má přesně pozorovat, aby celou scénu mohl předvést dalším. Všichni, kdo jsou venku, postupně vcházejí dovnitř, vždy od posledního dostanou scénu a předávají ji dál. Když všichni scénu viděli a přešli, je předvedena původní verze. V průběhu hry se o smyslu pantomimy nehovoří, až na závěr se srovnává, kdo si co myslel.

**Vyhodnocení:**

Je třeba dojít k důvodům zkreslení informací (subjektivní vnímání a interpretace děje; omezené zvládnutí komunikačního media; informace je pochopena jinak, než komunikátor zamýšlel).



## Hluší a němí

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 20 členů

Účastníci sedí v kruhu a rozpočítávají se na první a druhé. Sudí hráči jsou "němí", lichý jsou "hluší". Hluší mohou hovořit, ale "neslyší", jejich sousedé - němí - slyší, ale nemohou mluvit, musí se dorozumívat gesty. Hluší mluví na němé, kteří jim odpovídají pohyby.

## IDENTIFIKACE A VCÍTĚNÍ

Hry v tomto oddílu mají napomoci vnímání stanoviska jiných lidí, porozumění jejich potřebám a prohloubení komunikace. K tomuto cíli vede řada dílčích kroků, na které je v jednotlivých hrách kladena různá váha - vyjadřování vlastních pocitů, mínění, kritiky, nespokojenosti, hodnocení apod. Učení se identifikaci a vcítění umožňuje lépe se zaměřit na myšlenky a způsoby chování i chování druhých, na dosavadní životní historii, zpochybnit jejich dosavadní správnost a navodit v nich vědomě změny.

Při prezentaci těchto her je třeba si uvědomit, že předsudky a stereotypy snižují nebo zcela brzdí možnost identifikace či schopnost vcítit se do druhých. Při výcviku empatie a vcítění existuje nebezpečí, že někteří jedinci zneužijí získaných dovedností k prosazování svých cílů zdánlivým prosazováním přání druhých. Jiným nebezpečím je ztráta identity zaměřením pouze na potřeby druhých.

### NÁCVIK IDENTIFIKACE

#### Kontrolovaný rozhovor

**Trvání:** 60 minut

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 20 členů (trojice - až do 40)

Osoba A pronese reálnou výpověď. Osoba B se musí ptát interpretujícím způsobem: *myslíš tím, že ...* A odpovídá "ne", když její názor není prezentován správně, a "ano", když správně, či "zčásti", když je výpověď opakována jen lehce zkresleně. Odpověď B není předepsána, nutné je pouze to, aby A poznal, zda opakoval správně.

#### **Kritéria pozorování:**

- Čím je A nejvíce podněcován k dalšímu vyprávění?
- Jak často užívá B odpovědi "ne"?



### ***Varianta:***

Skupina se rozdělí do trojic. A a B hovoří, C kontroluje. Role se postupně střídají.

### **Cvičení důvěry v partnera**

***Věk:*** bez omezení

***Velikost skupiny:*** 8 - 20 členů

Hráči vytvoří dvojice. Jeden z partnerů zavře oči a druhý ho vodí v místnosti či v okolí. Pak se role vymění. Vodit lze - beze slov, se slovním doprovodem, oběma rukama. Zejména vhodné jako úvod k "Hadu".

### ***Kritéria pozorování:***

- Kdo se první ujme role vedoucího?
- Je obtížné se nechat vést?
- Jsou vedení taženi nebo tlačeni?
- Pohybuje se vedoucí rychle, pomalu, pozorně, příliš opatrně?
- Jak tyto okolnosti prožívá vedený?
- Jak se dorozumívají?

### **Had**

***Věk:*** bez omezení

***Velikost skupiny:*** 6 - 14 členů

***Cíle:*** naučit se vzájemné důvěře a zodpovědnosti. Je třeba pozorovat, zda jedinci nemají potíže s rovnováhou apod.

Skupina vytvoří hada tím, že se členové drží za ramena nebo za ruce. Jen první člen hada má odkryté oči a vede hada přes rozmanité překážky (schody, předměty v místnosti, pod stolem apod.). Signály se předávají stiskem ruky.

### ***Kritéria hodnocení:***

- Kdo vede? Proč (v počátcích by měl vést vedoucí)?
- Jak jsou signály předávány?
- Jak jdou vedené osoby?

### **Sochy**

***Věk:*** bez omezení

***Velikost skupiny:*** 6 - 20 členů



Členové skupiny tvoří dvojice. Jeden se zcela uvolní, zavře oči. Druhý ho "formuje" do podoby sochy. Během dění není dovoleno hovořit. Pak si hráči vymění role.

Modifikace: ten, kdo sochu tvoří, reguluje jen slovy

### ***Kritéria pozorování:***

- Jak se sochař dotýká svého modelu - váhavě, opatrně, úzkostně, sebejistě, hrubě?
- Je sochař schopen zřetelně svému modelu sdělit, co od něj očekává?
- Je model sto chápat přání sochaře?
- Jaké potíže vznikají při omezení na jedno komunikační medium?

### **Sousoší**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20 členů

Hráč A je hráčem B vymodelován jako základ sousoší. Nato hráč C k hráči A přimodeluje hráče B atd. Poslední přimodeluje sám sebe. Nikdo nesmí stát izolovaně. Při hře není dovoleno hovořit.

### ***Kritéria pozorování:***

- Kdo modeluje koho?
- Jsou hráči v tělesném kontaktu?

### ***Varianta:***

Téma sousoší je hráčům dáno (např. nálady, obrazy z dějin, historické výjevy apod.). Druhá skupina pozoruje vznik sousoší a má téma uhodnout.

## **VCITĚOVÁNÍ DO ROLÍ**

### **Protichůdné chování**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20 členů

**Materiál:** papír a psací potřeby, lístky, na kterých jsou napsány názvy různých míst a lístky, na kterých je označení protichůdných způsobů chování

Dvojice hráčů (zvolených např. šňůrkami) si vytáhnou (z klobouku) lístek s názvem místa (např. soudní síň, benzinová pumpa, kancelář představeného). Pak si náhodně vytáhnou (opět z klobouku, krabice, nebo pytlíku) lístek s dvěma protichůdnými způsoby chování (úzkostný - statečný, veselý - smutný, klidný - neklidný, hovorný - mlčenlivý). Dvojice si vymyslí scénu, ke které by na určeném místě mohlo dojít, a předvede ji skupině, která má uhodnout, kde se děj odehrává.



### ***Kritéria pozorování:***

- Jak se dvojice s úlohou vyrovnává?

### **Neznámý potká neznámého**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20 členů

Dva hráči stojí proti sobě. Každý z nich představuje nějakou známou osobu. Osoba je mu určena vedoucím, také si ji může zvolit sám. Podle toho ostatní hráči buď znají, nebo neznají, koho předvádějící hráči představují. Z dvojice tedy každý zná toho, koho představuje sám, nikoli toho, kdo je jeho protějšek. To má zjistit otázkami tak, aby odpověď byla možná vždy jen "ano" nebo "ne".

### ***Variace:***

Každý z hráčů ví, kdo je jeho protějšek, neví však, koho představuje sám. Stejným způsobem musí zjistit, kdo je. Velmi záleží na sečtělosti a úrovni vzdělání členů skupiny. Bylo by snad možné hrát také tak, že by hráči představovali někoho z přítomných.

### ***Kritéria pozorování:***

- Jaké otázky jsou kladeny?
- Pomáhají si partneři nebo se vědomě vhánějí do úzkých?

### **Fotografie**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20 členů

**Materiál:** 10 - 15 fotografií, na kterých jsou lidé v interakci - fotografie musí být nějak označeny (např. čísla)

Vedoucí položí před skupinu fotografie, na kterých jsou znázorněni lidé, kteří mezi sebou nějak komunikují. Členové skupiny si je prohlíží, ale nechají je ležet na místě. Pak se rozdělí do dvojic, každá si zvolí některou z fotografií. Dvojice pak mají za úkol předvést rozhovor, který by mohly osoby na obrázku vést. Ostatní hádají, o který obrázek jde.

### ***Kritéria pozorování:***

- Kdo se spojí s kým?
- Je snadné identifikovat obrázek?



## **Přerušená scéna**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20 členů

Hráči jsou rozděleni do trojic. Členové každé z nich (A, B, C) dostanou lístečky, kde jsou uvedeny různé situace - oprava automobilů, návštěva restaurace, zkouška ve škole. Nikdo nezná situace druhých. Na pokyn vedoucího začne A představovat svou scénu, B a C mají za úkol se připojit. Po určité době dá vedoucí pokyn - A svou scénu přeruší a zahájí B. A a C se mají připojit a hrát, dokud není dán pokyn, aby zahájil C. Tuto hru je možno provést verbálně i neverbálně. Skupina se může zapojit tím, že také hádá, jaké scény jsou předváděny.

### **Kritéria pozorování:**

- Kdo přehrál nejpěknější scénu?
- Jak se spoluhráči zapojili?

## **Interview rodičů**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 20 členů

V této dobové hře hrají tři osoby - matka, otec a tazatel, který se "rodičů" ptá na jejich chování, pocity, roli. Na pokyn vedoucího se role v trojici vystřídají - tazatel hraje matku, matka otce, otec tazatele, takže v průběhu hry má každý všechny role. Tuto hru doporučují autoři jen pro zkušené skupiny, protože nejsou dány žádné další bližší postupy a hra by mohla ztroskotat.

## **Výchovná porada**

**Trvání:** asi 2 hodiny

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 3 - 18 (podskupiny po 3 členech, nebo jen jedna skupina, ostatní jsou pozorovateli)

**Materiál:** návod pro matku a výchovného poradce

V této hře jsou vždy tři aktéři: matka, výchovný poradce a pozorovatel. Matka přichází k výchovnému poradci, protože její 15letá dcera byla přivedena domů policií, neboť se v noci pohybovala v pochybné společnosti ve městě. Protože to není u dívky její první přestupek, hrozí jí, že při dalším přečinu bude umístěna ve výchovném ústavu. Matka je zaměstnána a nemůže se o dívku více starat. Neví, co má dělat, aby se dcera do ústavu nedostala. V pozadí celé situace je to, že matka je rozvedená a v současné době žije s mužem, který má zároveň poměr s její dcerou. Tato situace je matce tak nepříjemná, že o ní bude hovořit jen tehdy, když poradce plně získá její důvěru.



*NÁVOD PRO MATKU:* pokuste se co nejvěrněji podat roli matky. O skutečném důvodu návštěvy však začnete hovořit až tehdy, když skutečně začnete mít pocit důvěry k poradci.

*NÁVOD PRO PORADCE:* Pokuste se vžít do role poradce. Lidem, kteří k vám přicházejí, můžete pomoci jen tehdy, když si plně získáte jejich důvěru. Mějte na paměti, že mnozí lidé své skutečné problémy jen nepřímo naznačí.

***Kritéria pozorování:***

- Jak se chová poradce?
- Radí matce?
- Snaží se proniknout do pozadí celého případu?
- Pomáhá matce nalézt řešení?

*Poznámka:*

Autorova verze, kdy se role střídají, je velmi dobrá. Problémy je však nutno přizpůsobit tomu, o jakou skupinu jde. V podstatě je třeba mít připraveny tři situace, pro každého hráče jinou.

**Předsudky**

***Trvání:*** asi 2 hodiny

***Věk:*** bez omezení

***Velikost skupiny:*** 10 - 20

***Materiál:*** papír a tužky

***Cíle:*** uvědomit si své předsudky, ujasnit si, jak předsudky, i když nejsou plně vědomé, omezují vlastní chování

Muži a ženy vytvoří vlastní skupiny. V obou skupinách probíhá asi 20 minut debata o vlastnostech opačného pohlaví:

- Co je typické pro muže?
- Co je typické pro ženy?

V obou skupinách je pořízen písemný zápis a je zvolen jeden člen, který o výsledku debaty referuje. Z obou skupin jsou zvoleni dva zástupci, kteří spolu sehrají scénku, jejíž téma si skupina sama zvolí. Přitom si muži se ženami vymění role. Oba zástupci svých skupin přednesou zprávu o průběhu diskuse. V plénu proběhne diskuse o příčinách a formách předsudků.

***Kritéria pozorování:***

- Které charakteristiky jsou považovány za specifické pro mužské - ženské pohlaví?
- Je možno se pohybovat neustále v roli, která přísluší určitému pohlaví?



## **Spolky**

**Trvání:** 60 minut

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 10 - 20 členů

Čtyři účastníci opustí místnost a dohodnou se, jaký spolek budou představovat (pěstitele drobného zvířectva, ochránci přírody apod.). Zvolí si předsedu. Po návratu do místnosti přehrají schůzi své organizace. Jsou podány zprávy, kladeny požadavky, debatuje se, hlasuje se - ale vše tak, aby nebylo zcela jasné, oč jde. Zbytek skupiny hádá, o jaký spolek jde.

**Kritéria pozorování:**

- Je obtížné oddělit věcný obsah od formy?

## **Přednáška**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 20 členů

**Cíle:** zaměřit se na vnější charakteristiku role

Jeden hráč se pokusí přednést přednášku na téma, které mu skupina určí. Při svém projevu má napodobit někoho, koho všichni členové skupiny nepochybně dobře znají (někoho z vedoucích, člena skupiny). Ostatní členové v průběhu přednášky nesmí hovořit, mohou se dohadovat jen posunky. Mají poznat, kdo byl znázorněn. Po ukončení hry se debatuje, jak se protagonistovi dařilo předvést druhou osobu, eventuálně jak se tato osoba cítila (pokud je přítomna) a podle čeho posluchači představovanou osobu identifikovali.

## **Vyměněné role**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 16 členů

**Materiál:** papír a psací potřeby

Ve skupině, která se poměrně dobře zná, napíše každý na papír své jméno. Lístičky se vyberou, zamíchají a každý dostane lísteček se jménem někoho jiného. Pak postupně každý vypovídá o osobě, kterou jen představuje tak, že hovoří v 1. osobě podle návodu:

- *Jsem ...*
- *Často říkám ...*
- *Přál bych si ...*
- *Nerad ...*
- *Obávám se ...*
- *Nejraději ...*





Skupina hádá, kdo je představován. Lze také konfrontovat výpovědi X s tím, koho vlastně má představovat.

### **Stínové role**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 20

Dva hráči, A a B, debatují. Za každým stojí jeho stín - "a" a "b". A něco říká nebo se ptá. Nato formuluje "a", co vlastně A chtěl výpovědi říci, co zamlčel, co skutečně myslel nebo cítil. Po reakci B se "b" vyjadřuje stejně.

#### ***Kritéria pozorování:***

- Jsou stíny s to vyjádřit skutečné pohnutky svých hráčů?
- Nedochází u stínů k nepřiměřené projekci?
- Kdo určuje průběh diskuse: hráči nebo jejich stíny?

### **Telefonistka**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 14 členů

**Cíle:** naučit se hovořit s někým, koho jsem si ne zvolil, na téma, které mi bylo určeno

Účastníci sedí se zavřenýma očima v kruhu. Vedoucí - "telefonistka" - otáčí pomyslným ciferníkem. Zazvoní u některého hráče, kterému řekne, kým se stává. Pak vytvoří spojení k jinému účastníkovi tím, že se ho dotkne a sdělí mu, kým se stává. Oběma partnerům rozhovoru sdělí, o čem mají hovořit. Oba si představují, že jsou od sebe značně vzdáleni a mezi nimi je pouze telefonní spojení. Hovor ukončí vedoucí.

**PŘÍKLADY:** Pan Novák z Písku volá slečnu Vandrovou z Mělníka a domlouvá si s ní schůzku. Paní Chlídková volá své přítelkyni Evě, aby si postěžovala na svého muže. Pan Voříšek z Prahy volá svou matku v Plzni, aby jí pogrataloval k 70. narozeninám.

#### ***Poznámka:***

Průběh hry závisí ve velké míře na vedoucím, jeho přehledu o členech skupiny. Hra dává možnost navodit situaci, kdy spolu musí hovořit členové, kteří spolu obvykle hovoří málo.

### **Gibberština - dětská řeč**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 20 členů

**Cíle:** naučit se věnovat pozornost spádu řeči, intenzitě zvuku, melodii řeči bez ohledu na obsah a adekvátně reagovat



Vedoucí uvede hru tím, že existuje dětská řeč - gibberština, kterou se lidé mohou dohovorit, i když znají jen svou mateřštinu. Dvěma hráčům se určí, jaké národnosti jsou a pak mají sehrát např. scénu setkání na Broadwayi. Oba hráči se pokusí domlouvat pomocí různých zvuků, dětskou řečí - gibberštinou.

**Poznámka:** hra je vhodná pouze pro skupiny zvyklé na hraní

## **SEBEHODNOCENÍ A HODNOCENÍ DRUHÝCH**

### **Příprava na cestu**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20 členů

**Materiál:** papír a psací potřeby

Jeden z hráčů, který má "odcestovat", opustí místnost. Ostatní pro něj na cestu připraví kufr, do kterého mu zabalí věci, ale i různé vlastnosti, které mu kdo přeje (např. vyrovnanost, umění si uvařit, moderní obleky apod.). Cestující si po návratu kufr prohlédne a hádá, kdo mu co přibalil.

**Vyhodnocení:** jde o to ujasnit si, jak ostatní vidí cestujícího, a jak si cestující představuje, že je ostatními vnímán.

### **Seznamování**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 10 členů

**Materiál:** papír a psací potřeby

Při rozdávání jmenovek obdrží každý lístek se jménem jiného člena skupiny. Jeho jménem má zformulovat seznamovací inzerát. Inzeráty se promíchají a postupně jsou předčítány. Skupina hádá, od koho a jménem koho byl inzerát podáván.

**Modifikace:** každý formuluje inzerát za sebe sama. Pak jde o to uhodnout autora

### **Co bys udělal, kdyby...**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 14 členů

**Materiál:** papír a psací potřeby

Vedoucí klade všem otázky, každý je za sebe stručně zodpoví. Nepodepsané odpovědi se vyberou a vedoucí je předčítá. Pisatelé mají být identifikováni.



**Příklady:**

- Co bys dělal, kdybys vyhrál 100 000 Kč?
- Kterou roční dobu máš nejraději?
- Co obzvlášť rád jíš?
- Kterých vlastností si u svého partnera zvláště ceníš?
- Co bys dělal, kdyby tě budík probudil o hodinu dříve?
- Ve kterém století bys nejraději žil?
- Která známá osobnost tě nejvíce zaujala?
- Kterou knihu by sis vzal na opuštěný ostrov?
- Kam bys nejraději odcestoval?
- Kterého zvířete se štítíš?
- Co přeješ svému příteli?
- Žil bys raději v minulosti nebo v přítomnosti?

**Uražený král**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 14 členů

**Materiál:** papír a psací potřeby

Král a jeho ministr jsou určeni losem. Král sedí na trůně, jeho ministr sedí vedle něho, v určité vzdálenosti sedí ostatní hráči. Jsou se svým králem nespokojeni. Ministr jde k nim a zjišťuje, co se jim na králi nelíbí. Jednomu se nelíbí králův vzhled, jiný má námitky, jak král vládne. Ministr se vrátí ke králi a jednotlivé stížnosti mu přednese (má je napsané, neřekne však, kdo kterou stížnost podal). Na to se ministr ptá krále, které obvinění ho nejvíce rozhněvalo. Král smí 3x hádat, kdo toto obvinění vznesl. Když neuhodne, sbírá ministr nové stížnosti a král musí hádat znova.

***Kritéria pozorování:***

- Co je králi vytýkáno?
- Vzhled, banality, věci, které nemůže změnit, chování, které změnit může?
- Může král přiznat, co se ho skutečně dotklo, nebo dává přednost úspěšnosti ve hře a nepolapitelnosti?

**Analogie**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 5 - 14 členů

Účastníci se pokoušejí blíže poznat vytvářením analogií. Jeden z hráčů si myslí na některého ze spoluhráčů. Skupina se pokouší zjistit, o kterého spoluhráče jde, a to tak, že klade otázky, jako:

- Kdyby ta osoba byla barvou, jaká barva by to byla?
- ... nápoj...



- ... krajinou...

**Varianta:**

Jeden z hráčů jde za dveře, ostatní se domluví na jednom ze spoluhráčů, hádající se vrátí a klade otázky jak uvedeno výše, než uhodne. Tato varianta je náročnější, hádající je více exponován, mohou nastat obavy ze ztrapnění.

**Co by to bylo, kdyby to bylo**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 10 členů

**Materiál:** papír a psací potřeby

Jeden z hráčů si zvolí předmět, který je v místnosti. Sdělí ho skupině a opustí místnost. Spoluhráči pak mají za úkol zvažít, které vlastnosti má hráč i předmět společné. Vlastnosti jsou sepsány (vedle je vždy zaznamenáno jméno toho spoluhráče, který ji uvedl). Pak se hráč vrátí. Má skupině zdůvodnit, proč si zvolil právě ten určitý předmět. Asociace jsou přečteny. Hráč se pokusí uhodnout, od koho která asociace pochází. Hráč, jehož asociaci uhodne první, jde za dveře.

**Kdybych musel žít jako zvíře**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 20 členů

**Materiál:** papír a psací potřeby

Každý člen skupiny namaluje sám sebe v podobě zvířete, znázorní tak, jak se ve skupině cítí. Nepodepsané kresby se vyberou, vyloží před skupinu a hádá se, kdo se nakreslil jako které zvíře.

**Varianta:**

Každému hráči je náhodně losem určen spoluhráč, pro kterého si má vymyslet a asociovat představu zvířete. Obojí je zapsáno na lístek. Papíry se vyberou, jsou promíchány a předčítány. Celá skupina se dohaduje, kdo je zvířetem a kdo je autorem. Autor pak své asociace vysvětlí.

**Mlčení**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20 členů

Hráči vytvoří dvě skupiny. Vytvoří se dvě řady židlí, orientovaných proti sobě. Na jednu řadu židlí se usadí polovina hráčů. Druhá polovina se postaví za židle, které stojí naproti. Pak si



sedící zvolí v mysli jednoho ze stojících, kterého by chtěli mít proti sobě. Stojící si pak zvolí židli tak, jak si myslí, že byli voleni sedícími hráči. Když si najdou správné místo, smějí si sednout, jinak hádají ještě jednou. Může se ovšem přihodit, že několik sedících zvolí téhož stojícího, takže hru nelze do důsledků "dohrát". Vedoucí hry by se neměl hry zúčastnit - vnášel by do hry prvky, o které nejde. Pocity hráčů je nutno po ukončení prohodit a tenze nezvolených relativizovat.

## AGRESE A PROSAZOVÁNÍ

Hry v tomto oddíle jsou koncipovány tak, aby ukázaly hráčům, že jak v určité skupině, tak ve společnosti jsou konflikty, které je třeba především identifikovat. Diskusi po hře je třeba zaměřit na odhalení vzorců chování a mechanismů řešení konfliktů. Pokud se tyto vzorce chování a mechanismy řešení konfliktů ukáží jako neúčinné, je třeba ve skupině hledat nové způsoby chování, které je možno právě ve hře vyzkoušet a ověřit.

Identita jedince a jeho sebehodnocení závisí do značné míry na jeho možnostech formulovat a prosadit vlastní potřeby a zájmy. Mnozí lidé to nedovedou, protože naše současná společnost a kulturní vzorce často provozují snahu prosadit vlastní přání za něco negativního. Přitom se zvláště zřetelně ukazuje, jak je jedinec závislý na naučených normách a způsobech chování, které jsou najednou v rozporu s vnitřními potřebami a zájmy sebe sama. Pro životní a pracovní uspokojení je však nezbytně nutné umět udržet konstruktivní vztah ke svému okolí (k věcem i lidem) a zároveň znát a umět prosadit svá přání a potřeby.

### PROSAZOVÁNÍ ZÁJMŮ

#### Skat

**Trvání:** asi 90 minut

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20 členů

Skupina přátel se po delší dobu nesešla a domluví se na večeru, který chce věnovat skatu. Manželka jednoho z účastníků se pokusí svého manžela přivést domů. Stejná hra se opakuje ve skupině přítelkyň, které se dlouho neviděly a sešly se na večírku na partii bridže. Jeden z manželů se pokusí odvést domů svou ženu. Při srovnání obou her se ukáží společné rysy a rozdíly chování.

**Doplňek:** obě dvojice druhý den ráno při snídani.

#### Hry s konflikty a prosazováním

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 20 členů



Hráči mohou "přehrát" některé z navržených situací:

- Host si stěžuje v restauraci na kvalitu jídla.
- Řidič dálkové dopravy si chtěl v motorestu koupit v automatu cigarety. Automat je však porouchaný a řidič přišel o peníze. Stěžuje si u vedoucího provozovny. Automaty však nespádají pod jeho pravomoc - patří jinému podniku.
- Zákazník si stěžuje na své nové brýle.
- Zaměstnanec žádá zvýšení platu u svého nadřízeného.
- Zákaznice si stěžuje kadeřnici na špatný střih.
- Cestující je v autobuse přistižen bez jízdenky.
- Zákazník chce vyměnit pár bot, které před několika dny koupil.
- Nájemník je obviněn, že v noci rušil klid.
- Dcera sdělí matce, že se chce provdat za cizince.
- Dcera žádá rodiče o vyšší kapesné.
- Dcera žádá otce, aby mohla zůstat déle venku.
- Syn žádá rodiče, aby se mohl dívat déle na televizi.
- Matka žádá dceru, aby jí šla něco nakoupit. Dcera odpovídá, že nemá chuť, do toho přijde otec.
- V rodině probíhá spor, protože se ztratil klíč.

#### ***Pozorování:***

- Jak jsou konflikty řešeny?
- Prosazují si své zájmy bez ohledu na druhé?
- Vzdávají se svých zájmů?
- Jsou uzavírány kompromisy?
- Jak jsou prezentovány vlastní zájmy? - věcně, srozumitelně, s humorem, agresivně, zraňujícím způsobem?

#### **Bazar**

**Trvání:** 30 - 45 minut

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** malé skupiny o 6 - 8 členech

Dvě stejně početné skupiny sedí proti sobě. Jedna představuje turisty na zahraničním zájezdu, druhá domorodce, kteří chtějí turistům něco prodat. Skupiny si pak vymění role. Hru je možno hrát pantomimicky i se slovy.

#### ***Pozorování:***

- Pokouší se domorodec prodat všem cizincům nebo se obrací na jednotlivce?
- Nebo se všichni prodávající vrhnou na jednoho kupujícího?

#### **Kdo to byl?**

**Trvání:** asi 60 minut



**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20 členů

**Cíle:** skupina si má ujasnit, jak vzniká a funguje mechanismus "obětního beránka"

Na táboře s dětmi pije vedoucí stále mnoho piva. Jednoho dne najde na svém stanu lístek s nápisem: "*Kdo pije alkohol, neměl by vést dětský tábor.*" Vedoucí požaduje, aby se pisatel přihlásil, jinak zakáže večerní besídku. Tento konflikt by měla skupina ve hře rozvést.

**Pozorování:**

- Postaví se skupina za vedoucího a hledá viníka?
- Pokusí se skupina hledat jiné řešení?

**Vyhodnocení:**

- Jaké možné motivy mohl mít vedoucí - strach, nejistota, pohodlí, touha po moci?

### **Idealisté a realisté**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 20 členů

Skupina se rozdělí do dvou částí. Jedna představuje idealisty, druhá realisty. Skupiny stojí proti sobě. Na každý výrok idealistů musí realisté odpovědět "realisticky". Nato následuje na realistickou tezi ideologická protiteze.

**Variace:**

Lze hrát i na optimisty a pesimisty.

**Pozorování:**

- Odpovídá vždy jen jeden nebo se střídají?
- Panuje-li obava, že by stále odpovídal jeden, je nutno najít způsob, aby se hráči střídali (například tím, že se volí přehazováním míčku).

### **Vyklízení**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 16 členů

Skupina mladých lidí na diskotéce brání pořadatelům ve vyvedení mladíka, který se choval nevhodně a opil se. Policista a někteří účastníci diskotéky se pokoušejí skupinu přemluvit, aby mladíka nechali vyvést.

**Kritéria pozorování:**



- Jak jsou prosazovány vlastní zájmy?
- Projevuje se pochopení pro protivníky?

### **Volební řeč**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 14 členů

Ve vzdálené zemi se uvolnilo ministerské křeslo. Ucházejí se o ně dva kandidáti. Uchazeči musí pronést předvolební projev, ve kterém neuvádějí své vlastní přednosti, jak je zvykem, ale přednosti protivníka. Ten kdo lépe a přesvědčivěji vylíčí klady svého protivníka, stane se ministrem.

**Pozorování:**

- Jsou hráči s to přijmout nová neobvyklá pravidla?
- Neproniká do projevu ironie a sarkasmus?

### **Já bych rád, ale ty nesmíš**

**Trvání:** 60 - 90 minut

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20 členů

Hráči se rozdělí do menších skupinek o 4 - 6 hráčích. Každá z nich se dále rozdělí na dvě části. Jedna něco chce, druhá to chce zakázat. Obě skupiny by měly být přibližně stejně početné. Skupiny mají asi 20 minut na přípravu scénáře uvedeným zadáním. Skupiny pak předvedou v plénu své hry. Ty jsou následně prodiskutovány.

**Pozorování:**

- Jak probíhá diskuse o předmět sporu?
- Zvolí si skupina situaci, kdy jedna strana má autoritu, nebo vztah rovnocenných partnerů s protichůdnými zájmy?
- Jak jsou zájmy prosazovány - věcně, emocionálně?

### **Ale já ano!**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20

**Cíle:** naučit se vyjadřovat agresi, i když nepřímou

Skupina sedí v kruhu. Jeden z hráčů zahájí hru tím, že pronese negativní tvrzení a hodí dalšímu míček (ukáže). Vyzvaný má za úkol míček chytit a odpovědět: "Ale já ano!" Sám pak také pronese o sobě negativní tvrzení a hází dalšímu míček atd.





- Dnes nemám špatnou náladu - Ale já ano!
- Před obědem nikdy nepiji vodu - Ale já ano!
- Nikdy se neprohližím v zrcadle - Ale já ano!

## **PROSAZOVÁNÍ SE TĚLEM**

### **Protichůdné zájmy**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 20 (i více) členů

Skupina se rozdělí do dvou stejně velkých podskupin, které zaujmou místa u protilehlých stěn. Na pokyn vedoucího se skupiny pokusí dostat k protilehlé stěně. Současně musí druhé skupině v dosažení cíle zabránit.

#### **Pozorování:**

- Funguje skupina jako celek, či hraje každý sám za sebe?

### **Strkání**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 16 členů

**Cíle:** ujasnit si vzájemné pocity

Dva účastníci stojí proti sobě, mají dlaně opřeny proti sobě. Na pokyn vedoucího se snaží vytlačit z výchozí pozice. "Boj" je možno kdykoli přerušit.

#### **Pozorování:**

- Proč je hra přerušena? - únava, rezignace, pocit prohry?
- Jak se cítí poražený?
- Jak se chová vítěz?

### **Tlak a protitlak**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 6 - 16 členů

**Cíle:** naučit se vyhovět přání druhého, aniž se vzdáme svého

Skupina se mlčky prochází po místnosti - každý si zvolí partnera, takže vzniknou dvě stejně početné řady. Hráči zvednou ruce a každá dvojice reaguje tlakem a protitlakem tím, že se pohupuje dopředu nebo dozadu.

#### **Pozorování:**



- Je na tlak reagováno tlakem nebo rezignací (nechat se odtlačit)?
- Kdo se cítí jako vítěz, kdo jako poražený?

## **ZÁJMY JEDNOTLIVCŮ PROTI SKUPINOVÝM ZÁJMŮM**

### **Mejdan**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 9 - 15 členů

Na mejdanu je několik dvojic, jeden osamocený host a řada dalších hostů (tam mohou hrát všichni členové skupiny). Osamocený host se má pokusit získat partnera, který se účastní mejdanu ve dvojici, tj. rozbít dvojici.

*Možné pokračování:* rozbitá dvojice jede společně domů a v autě se vypovídá, nebo rozhovor příští ráno.

#### ***Pozorování:***

- Jak se osamělý host pokouší někoho ulovit?
- Jak reaguje opuštěný partner?

Hru je možno několikrát opakovat s různými protagonisty obojího pohlaví. Způsoby chování, které jsou prezentovány, není možno interpretovat jen jako individuální problém, ale je třeba je posuzovat na pozadí sociokulturních zkušeností účastníků. Je možno diskutovat i o nárocích a majetnických vztazích mezi lidmi.

*Poznámka:* varujeme před tím, hrát hru se skutečnými partnery!

### **Cesta balonem**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 16 členů

Čtyři "významné" osobnosti sedí v balonu. Balon je přetížen. Cestující mají naději jen tehdy, když jednoho obětují. Každý se snaží přesvědčit ostatní, že on nemá být obětován.

#### ***Pozorování:***

- Čím se přesvědčuje - klasickým či agresivním způsobem - snižováním hodnoty druhých - výhrůžkami - vzbuzováním zájmu nebo soucitu?

*Poznámka:* do balonu je třeba dát stejně obratné a výřečné partnery, jinak je výsledek předem jasný.

### **Jeden musí vystoupit**

**Trvání:** 30 - 60 minut

**Věk:** bez omezení



**Velikost skupiny:** 6 - 20 členů

**Cíle:** jedinec se má naučit prosadit své zájmy vůči skupině

Všichni členové skupiny až na jednoho, který stojí uprostřed, vytvoří pevný, spojitý kruh. Ten, který stojí uprostřed, se má pokusit uniknout.

**Pozorování:**

- Jak postupuje prchající? Přemlouvá - pokusí se uniknout lstí nebo silou?

### **Lidský stroj**

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 8 - 15 členů

Skupina má představovat stroj. Společně rozhodne, co má stroj umět, najde si způsob, jak bude stroj navržen a kdo bude představovat jakou součást. Stroj se uvede do provozu, součástky se pohybují a vydávají různé zvuky. Vedoucí dá pokyn, aby někdo stroj rozbil.

**Pozorování:**

- Kdo převezme roli rozbíječe?
- Jak rozbije stroj?
- Jak reaguje skupina na zničení stroje? Brání se? Drží pohromadě? Je pasivní?

### **Čokoláda**

**Trvání:** 20 minut

**Věk:** bez omezení

**Velikost skupiny:** 4 - 10

**Pomůcky:** Zabalená tabulka čokolády, jídelní příbor, umělohmotný talířek, čepice, šála, rukavice (možno i další oblečení), hrací kostka.

**Průběh hry:** Hráči si sednou do kruhu, nejlépe okolo stolu. Doprostřed stolu se položí tabulka čokolády a veškeré oblečení. Hráči v kruhu následně začnou házet kostkou, každý má jeden hod a pak kostku předá. Pokud některému hráči padne šestka, předá kostku a rychle si na sebe musí obléci všechno oblečení, vzít jídelní příbor a pomocí příborů se může pustit do čokolády. Ostatní hráči zatím dále hází kostkou, dokud nepadne šestka někomu jinému. Jakmile se to stane, tak současný „jedlík“ musí ze sebe všechno rychle sundat a předat novému hráči. Házení kostkou ovšem pokračuje. Cílem je sníst celou čokoládu.

**Pozorování:**

- Jak prožívají jednotliví hráči stres hry?



- Jak se chovají při výměně oblečení?
- Jak se vyrovnávají s neúspěchem?
- Kdo je nejagresivnější a kdo zase nejvíce submisivní?

