

# PRÍBEHY A HRY V PREVENCII

LENKA SOKOLOVÁ



BRATISLAVA  
2022



**NIVAM**

NÁRODNÝ INŠTITÚT VZDELÁVANIA A MLÁDEŽE

## PRÍBEHY A HRY V PREVENCIÍ



Tento odborný-metodický text bol vytvorený pre potreby webinára s názvom **Použitie hier a príbehov v prevencii: Cesta k empatii a citlivosti**.

Webináre a sprievodné texty sú určené predovšetkým pre pedagogických a odborných zamestnancov škôl a školských zariadení, ktorí pripravujú a realizujú preventívne aktivity priamo v prostredí školy s cieľom rozšíriť ich odborné kompetencie v oblasti plánovania, vedenia a vyhodnocovania preventívnych aktivít s dôrazom na well-being, sociálne zručnosti, osobnostný a sociálny rozvoj žiakov a žiačok.

Text neprešiel jazykovou úpravou.

## PÁR SLOV ÚVODOM...

---

Preventívne programy a aktivity v školách sa v minulosti často spájali najmä s transferom informácií o rôznych zdravotných či sociálnych rizikách. Výskumy však poukazujú na to, že väčšiu efektivitu prinášajú programy, ktoré zahŕňajú aktivizujúce a interaktívne metódy a majú dlhodobý charakter. Ústrednou témou tohto materiálu bude metaforický prístup k prevencii a jeho konkrétna realizácia s použitím hier a príbehov v rámci preventívnych programov aj bežných vyučovacích hodín. Práve priebežné zaradovanie scitlivujúcich aktivít a cvičení do bežnej výučby môže byť vhodným nástrojom postupnej zmeny postojov detí a dospievajúcich a tiež rozvoja ich sociálnych a komunikačných zručností, sebavedomia, či sebaobrazu.

V prvej časti predstavíme metaforický prístup ako východisko práce s príbehmi, zameriame sa na to, ako vybrať vhodné príbehy do preventívnych aktivít, aj na to, ako rôzne s príbehmi v triede pracovať. V druhej časti sa bližšie pozrieme na rôzne hry, ktoré možno zaradiť do prevencie, a ktoré prispievajú k rozvoju komunikácie a citlivosti k rozmanitosti v školskej triede aj v živote mimo nej.

Hry a príbehy majú potenciál podporiť spoluprácu a prijatie v školskej triede, prispieť k prevencii šikanovania, rozvíjaniu zdravého životného štýlu a celkovému scitlivovaniu a empatii voči rôznorodosti ľudí a ľudských osudov okolo nás. Súčasne je ich veľkou výhodou, že ich možno jednoducho zaradiť do rôznych vyučovacích hodín a prepojiť s obsahom priezových tém a vyučovacích predmetov.



# PRÍBEHY A HRY V PREVENCIÍ



PÁR SLOV ÚVODOM	i
AKO NA TÉMU ROZMANITOSTI?	strana 1
PO PRÁZDNINÁCH... (AKTIVITA)	strana 2
METAFORICKÝ PRÍSTUP	strana 3
PRÍBEH VS. VINETA	strana 4
POSTUP PRÁCE S PRÍBEHOM	strana 5
PRÍBEHY 5x INAK	strana 6
VYBERÁME PRÍBEHY (KDE SA INŠPIROVAŤ?)	strana 7
HRA AKO METAFORA	strana 8
HRY, KTORÉ SCITLIVUJÚ	strana 9
ZAHRAJME SA PREVENTÍVNE	strana 11
ODKAZY NA LITERATÚRU	strana 13

# AKO NA TÉMU ROZMANITOSTI?

Rozmanitosť sa môže týkať rozmanitých vecí, malých aj veľkých, zdanlivo nepodstatných, ale aj veľmi zásadných... Rozvíjanie empatie a citlivosti k rozmanitosti je základom akejkoľvek prevencie. Porozumieť tomu, ako prežívajú rôzne životné situácie rôzni ľudia a vedieť rešpektovať a prijať aj osoby, ktoré sa odo mňa v niečom líšia, nás robí ľudskejšími. A súčasne citlivosť k rozmanitosti pomáha vytvárať prostredie, v ktorom sa nemusíme báť prejsť svoje potreby či názory. Môže to znamenať napr. neposmievať sa ľuďom, ktorí nejedia mäso, bez komentára a s pochopením rešpektovať, keď niekto odmietne alkohol či cigaretu. Neklást dotieravé a nevhodné otázky typu "Kedy už budeš mať frajera?"... Niekde tu, drobným, každodenným rešpektom a citlivosťou k tomu, že nežijeme všetci rovnako, začína prevencia závažných činov šikanovania, nenávisťných prejavov či fyzických útokov motivovaných inakosťou...

***Empatia a citlivosť k rozmanitosti je jedným zo základov prevencie.***

**Diskutujte.** Podporujte deti v tom, aby sa pýtali, namiesto vysvetľovania a prednášania. Ak hovoríme o rozmanitosti ľudí okolo nás, deti môžu zaujímať celkom iné veci, ako si myslíme. Ak dostanú odpovede na svoje otázky, budú spokojnejšie ako keď im ponúkneme len informácie, ktoré ich až tak nezaujímajú.

**Nepreháňajte to.** Zvyšovať citlivosť a toleranciu nemusí znamenať nadmerné poukazovanie na problém. Prehnané zdôrazňovanie a príliš direktívny prístup dokonca môže vyvolať odpor a opačnú reakciu.

**Budte konzistentní.** Dlhodobé scitlivovanie po malých dávkach je efektívnejšie ako intenzívne krátke vystavenie téme. Prepájajte obsah vzdelávania s ukázkami citlivého prístupu a empatie, využite každú príležitosť oceniť akceptujúce a empatické reakcie. A nájdite si čas aj odpovedať na otázky a reagovať na aktuálne dianie a témy, ktoré deti zaujímajú.

**Stavte na divákov.** Silu skupiny neraz paradoxne netvorí dominantná osoba, ktorú najviac počúť (hoci to tak vyzerá). Pozorovatelia v triede často nezdieľajú názor silných osobností, nesúhlasia so šikanovaním či nenávisťnými prejavmi, no z rôznych dôvodov nezasiahnu. Dajte im priestor, poukážte na to, že môžu veci meniť, že ich názor je dôležitý...

**Budujte psychologické bezpečie.** Vytvárajte v triede atmosféru pohody a bezpečia, kde sa deti neboja o svojich názoroch, obavách a skúsenostiach hovoriť.



# AKTIVITA NA ÚVOD

## Cieľ aktivity:

- uvedomiť si, ako vnímame ľudí okolo seba a ako sa utvárajú naše očakávania,
- rozvíjať citlivosť a empatiu k potrebám iných ľudí,
- na základe vnímania potrieb druhých navrhovať konkrétne riešenia, spôsoby správania.

## Pomôcky:

- tabuľa alebo veľký arch papiera, post-it lístočky
- alternatívne možno aktivitu realizovať aj pomocou online hlasovacej aplikácie ako Slido alebo Mentimeter

## Cieľová skupina:

- bez vekového obmedzenia, diskusiu je potrebné prispôbiť veku detí a príp. špecifikám skupiny.

## Možnosti použitia aktivity:

- triednická hodina
- Etická výchova
- Občianska náuka
- triedna komunita
- úvodná aktivita k preventívnemu programu
- Slovenský jazyk
- Dejepis

(v rámci týchto predmetov môžeme aktivitu použiť na uvedenie diela či historickej osobnosti, pričom ako charakteristiku osoby prichádzajúcej do triedy môžeme použiť nejakú vlastnosť hrdinu diela alebo historickej osobnosti).

## PO PRÁZDNINÁCH...



Pripravte si na tabuľu alebo na papier siluetu osoby a prečítajte triede inštrukciu:

*Po prázdninách k nám do triedy príde niekto nový. Neviem, kto presne tá osoba bude. Viem, že sa k nám teší, ale je aj v napätí, aké to tu bude. Zamyslite sa nad tým, čo môžeme urobiť preto, aby sa tu tá osoba cítila dobre. Napíšte svoje nápady na papierik a nalepte okolo postavy na obrázku.*

Čo by sme mohli urobiť, aby sa cítil/a dobre?

- hry na spoznavanie sa navzajom
- úsmev, prijatie
- list žiakov a žiačok na privítanie, predstavenie sa, spoločný program,...
- Na začiatok privítať dieťaťko a predstaviť sa mu
- Pripraviť milý darček - pohľadnicu na privítanie
- predstaviť sa, zahrať sa hry na zoznámenie, hovoriť čo máme spoločné a čo rozdielne
- pripraviť zaujímavú privítaciu nástenku, vyzdobit triedu, zabezpečiť nejaký darček, zahrať sa hry,
- porozprávať sa s ním a s triedou
- Predstaviť sa, porozprávať sa
- ukazať mu, kde je jeho miesto - to je tu! vesničk! tu je tvoja skrinka, dat
- výber sprievodca po škole, ktorý dieťaťu všetko v škole ukáže
- pozrieť si fotografie



V druhom kroku sa detí opýtajte, ako si túto osobu predstavujú. Môžu svoje predstavy zdieľať slovné, v kruhu, alebo môžeme opäť použiť anonymnú hlasovaciu aplikáciu.

V diskusii o ich predstavách sa môžeme zamerať na to, či si predstavujú skôr niekoho, kto sa im v niečom podobá, alebo niekoho, kto sa odlišuje.



V poslednom kroku aktivity sa triedy opýtajte: **A keby som vám povedal(a), že táto osoba je...?** (doplňte príklad rozmanitosti podľa zamerania vyučovacej hodiny či oblasti, o ktorej chcete ďalej hovoriť, napr. ... z Ukrajiny, ...nepočujúca a pod.) **Zmenili by ste niečo na svojich nápadoch?**

Tu môžu prísť reakcie trojakého druhu:

- a) Ak trieda nechce meniť nič, môžeme oceniť, že by rovnako prijali osobu, ktorá sa v niečom líši.
- b) Ak trieda chce pridať nejaké nápady podľa špecifik potrieb danej osoby, napr. bezbariérový prístup pre niekoho na vozíku, opäť oceníme, že dokážu vnímať potreby danej osoby.
- c) Ak sa ich návrhy menia v zmysle, že **takú osobu by nechceli do triedy prijať**, diskutujeme o tom, prečo. Prečo nás dokáže jedna charakteristika tak veľmi ovplyvniť, hoci človeka ešte nepoznáme... Snažíme sa pritom opäť stavať na pozitívach, ktoré uviedli v úvode aktivity.

# METAFORICKÝ PRÍSTUP

Témy rozmanitosti, nenávistných prejavov alebo šikanovania nemusíme do triedy prinášať vždy priamo, cez príklady a situácie, ktoré sa detí osobne týkajú. Tému či problém môžeme prezentovať aj cez príbehy a situácie, ktoré sú relatívne nezávislé od aktuálneho diania v triede či v spoločnosti. Poznanie, zážitok, poučenie a zručnosti z nich však možno preniesť aj do aktuálneho kontextu. Empatizovanie s aktérmi príbehu tak nemusí byť zaťažené vlastným zaangažovaním. Vzniká tu priestor pre empatiu, porozumenie, identifikovanie sa s aktérmi príbehu a súčasne nadhľad. Výhodou tohto prístupu je, že pri reflektovaní príbehu či hľadanií riešení nehovoria deti a dospievajúci sami za seba, ale za postavy, aktérov jednotlivých príbehov, či postavy v hre. Môžu sa cítiť bezpečne, pretože nemusia zdieľať osobné informácie, názory na iné osoby v triede alebo citlivé spoločenské udalosti. Tento prístup možno využiť vo všeobecných preventívnych programoch, zaradiť do bežných vyučovacích hodín, prepojiť s vyučovacími témami, ale možno ho aplikovať aj v rámci intervencie v triede.

## PRENESENÝ VÝZNAM



## EMPATIA



## BEZPEČIE




Základným princípom metaforického prístupu je, že okrem získavania informácií a empatie s aktérmi príbehov, rozvíjame aj schopnosť detí navrhovať riešenia v rôznych situáciách, zvažovať alternatívne možnosti a rôzne prvky a premenné, ktoré riešenie situácie môžu ovplyvniť. Takto rovnocenne pracujeme na všetkých troch zložkách ich postojov: poznávacej, citovej aj konatívnej.

## TEÓRIA KONTAKTU

Americký sociálny psychológ Gordon Allport (1954) v období rasovej segregácie v Spojených štátoch amerických popísal tzv. teóriu kontaktu, podľa ktorej kontakt medzi dvoma odlišnými skupinami za určitých podmienok môže eliminovať medziskupinové predsudky a konflikty. Zistili, že efekt vzájomného kontaktu skupín umocňuje podmienky, v akých ku kontaktu dochádza. Príčiny, prečo kontakt s inou skupinou môže viesť k vyššej akceptácii a tolerancii a k znižovaniu predsudkov, sú podľa autorov predovšetkým afektívne, nielen kognitívne. Podľa ďalších autorov možno reálny kontakt nahradiť aj simulovanými interakciami v tréningových situáciách (Crisp & Turner, 2009), sledovaním určitých typov televíznych programov (Schiappa et al., 2006), alebo identifikáciou s hrdinami knižných a filmových príbehov (Vezzale et al., 2014). Zdroj: Sokolová (2019)

## V AKÝCH TÉMACH VÝCHOVY A PREVENIE VYUŽIŤ METAFORY, PRÍBEHY A HRY?

- výchova k partnerstvu a rodičovstvu,
- prevencia šikanovania a nevhodného správania v triednom kolektíve,
- výchova k bezpečnému a korektnému správaniu v online priestore,
- prevencia nenávistných prejavov online aj offline,
- prevencia užívania drog, liekov, fajčenia, alkoholizmu...,
- destigmatizácia LGBTI+, duševných ochorení, postihnutí...,
- porozumenie rôznych alternatívnych životných štýlov,
- spoznávanie iných kultúr a interkultúrna tolerancia,
- spoznávanie iných náboženstiev a náboženská tolerancia,
- porozumenie medzigeneračných rozdielov a prevencie medzigeneračných konfliktov,
- environmentálna výchova,
- mediálna výchova,
- hlbšie porozumenie historických a globálnych problémov a konfliktov.



Stories matter

# PRÍBEH VS. VINETA

- Je dlhší, spravidla jeho prerozprávanie trvá zopár minút.
- Môže v ňom vystupovať viacero postáv.
- Dej alebo postava sa v ňom nejako vyvíja, môže mať zápletku, rôzne fázy vývoja udalostí.
- Môže byť reálny, umelecký, alebo vytvorený pre edukačné účely.
- Môže mať podobu textu, videa alebo zvukovej nahrávky, alebo ho môže prerozprávať samotný aktér/aktérka príbehu priamo v triede.
- Je to skôr situácia alebo stručná charakteristika osoby.
- Môže mať pár viet alebo len niekoľko kľúčových slov, ktoré charakterizujú osobu alebo situáciu.
- Obvykle je vytvorená pre edukačný alebo výskumný účel, hoci inšpiráciou sú reálne osoby a situácie.
- Ide skôr o zovšeobecnenie než osobný príbeh.
- Najčastejšie má podobu krátkeho textu.

# POSTUP PRÁCE S PRÍBEHOM

## 01 ROZDELENIE ÚLOH



Pred prerozprávaním alebo pozeraním príbehu dajte každej osobe v triede za úlohu, aby pozorne sledovali jednu osobu v príbehu, príp. jednu dejovú líniu príbehu. Môžu si písať poznámky, zachytávať rôzne emócie a dôležité momenty diania. Ak je v triede viac detí, úlohy sa môžu aj opakovať. **POZOR:** Ak ide o príbeh s negatívnym hrdinom a/alebo obeťou (napr. aktér a obeť šikanovania), tieto úlohy nikdy nedávajte sledovať deťom, u ktorých je podozrenie, že by v skutočnosti v triede mohli byť obeťami či aktérmi.

## 02 SLEDOVANIE PRÍBEHU

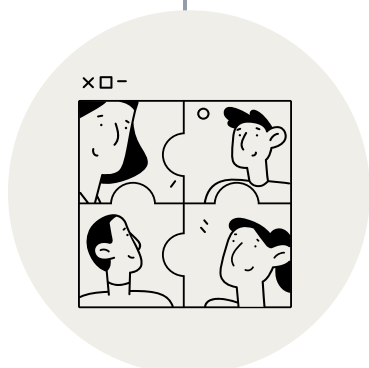
Počas sledovania, počúvania, či čítania príbehu by sa mali všetci sústrediť na svoje úlohy. Príbeh neprerušujeme, na prípadné otázky odpovieme až na konci. Ak má príbeh nejakú pointu, rozuzlenie či riešenie, je dobré, neprezradiť tento záver.

Ak na to je priestor (napr. používate video verziu príbehu), všímajte si počas sledovania príbehu neverbálne prejavy detí.

Ako reagujú na rôzne informácie, emócie, situácie v príbehu? Tieto informácie sú cenné pri poznávaní triedy a môžete ich využiť aj v ďalšej časti práce s príbehom.



## 03 SKUPINOVÁ DISKUSIA



Rozdelte triedu do skupín podľa zadaných úloh, ktoré mali sledovať. Najskôr nechajte skupinky diskutovať o tom, ako sa cítila daná postava, aký význam mala v príbehu. Následne budú diskutovať o tom, ako by mohla prispieť k riešeniu situácie. Čo mohla urobiť? Keď skupiny zdieľajú svoje riešenia, môžeme sa vrátiť k skutočnému záveru príbehu a porovnať ho s riešeniami skupín.

Ak sú v príbehu negatívne postavy, je vhodné poukázať na to, že aj tieto postavy majú možnosť prestať, zastaviť negatívne správanie, diskusie by mali aj pre týchto aktérov ponúkať riešenia, nie len tresty či kritiku.

## 04 TRANSFER

Na záver triedu požiadajte, aby sa zamysleli nad tým, či sa už niekedy v živote stretli s podobnou situáciou. Ako sa vyriešila? Dali by sa niektoré z riešení, ktoré navrhli, uplatniť aj v iných príbehoch a situáciách?

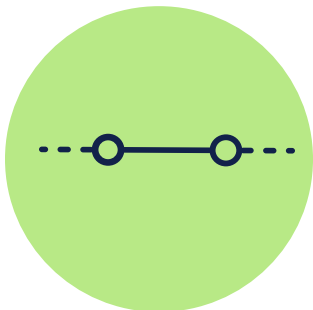
V transfere je priestor na vyzdvihnutie úlohy divákov (pozri str. 1). Hlavné poslanstvo by malo byť, že k zmene alebo riešeniu situácie môže prispieť každý, aj zdanlivo bezvýznamný aktér či aktérka príbehu môže pomôcť obeť, navrhnúť riešenie, zastať sa toho, kto to má v príbehu ťažké...





# PRÍBEHY 5x INAK

Okrem vyššie uvedeného postupu môžeme pri spracovaní a reflexii príbehu zaradiť aj niektoré ďalšie techniky, ktoré umožnia vnímať príbeh z inej perspektívy, zapojiť kreativitu a aktivizovať triedu. Tieto techniky sú vhodné aj pre tvorbu vlastných príbehov.



**ČASOVÁ OS** - nechajte jednotlivcov alebo skupiny zachytiť príbeh vo forme časovej osi, na ktorú zapíšu alebo zakreslia dôležité momenty príbehu. Inou farbou môžu k udalostiam zapísať emócie, ktoré postavy v príbehu prežívali. Taktiež možno spracovať časovú os príbehu samostatne pre každú osobu v príbehu. Časové osi si potom môžeme porovnať a uvedomiť si tak rôzne perspektívy a prežívanie toho istého deja.



**SCENÁRE** - pripravte si pracovný list, podobný ako na obrázku. Opäť možno pracovať individuálne alebo v skupinách. Úlohou je zakresliť dôležité momenty príbehu do pracovného listu - scenára a stručne každý obrázok popísať. S takto pripraveným scenárom možno ďalej pracovať, napr. môžete rozstrihať jednotlivé scény a vymyslieť niekoľko alternatívnych koncov príbehu. Premiestňovaním scén môžeme poukázať na rôzne možnosti riešenia a vývoja príbehov.



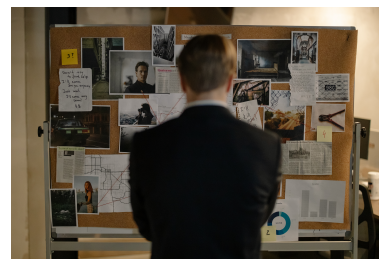
**KOMIKS** - podobným spôsobom ako scenár možno z príbehu vytvoriť aj komiks. Rozdiel spočíva v tom, že dej nezapisujeme vo vetách nad obrázky, ale zachytávame ho cez dialóg postáv v tradičných "bublínkach". Takto zachytený príbeh je vďaka dialógom autentickjší a dynamickejší. Fantázii sa tu medze nekladú. Postavičky môžu byť kreslené, môže ísť o fotokomiks, alebo môžete siahnuť po niektorej online aplikácii a vytvoriť komiks na profesionálnej úrovni.



**DRAMATIZÁCIA** - zahrajte si príbeh ako divadlo. Nemusí ísť o celý dej, stačí vybrať niektoré scény. Ideálne je zamerať na scény, ktoré zobrazujú konštruktívne riešenia, momenty podpory, vyhľadania či ponúknutia pomoci a pod. Pri dramatizácii príbehov je potrebné zvážiť vhodnosť pre danú cieľovú skupinu (z hľadiska veku, dynamiky triedy a prípadných existujúcich vzťahových problémov v skupine). Pre dospelých sú vhodnejšie komplexnejšie hrania rolí, napr. metóda LARP (Live Action Role-Play). Viac o edukačných LARPoach nájdete napr. [v tomto článku](#).



**KOLÁŽ** - skvelý spôsob, ako posilniť prácu s metaforou, je zachytenie príbehu vo forme koláže. Rozdelte triedu do skupín a každú skupinu nechajte diskutovať o silných momentoch a emóciách v príbehu. Potom dostanú za úlohu vyjadriť tieto momenty pomocou rôznych predmetov, symbolov, obrázkov a pod.



Z nich následne vytvoria koláž, ktorá je akýmsi zhmotnením metafory, odkazu príbehu. Koláž stvárňujúca príbeh môže mať napr. podobu tzv. detective board (nástenky, ktorú používajú detektívi pri riešení prípadov).

# VYBERÁME PRÍBEHY

Prípady, príbehy či narácie vnášajú do výučby okrem objektívnych faktov aj emočné naladenie, postoje a osobnú perspektívu, práve tie niekedy môžu mať pri formovaní postojov väčší vplyv ako fakty (Moezzi, Janda & Rotmann, 2017). Emočné zaangažovanie a empatická identifikácia s postavami príbehov navyše prispieva k aktivizácii učiacich sa, vedie k rýchlejšiemu vybavovaniu informácií a stimuluje verbálne zdieľanie informácií a postojov v skupine.

Príbehy si môžeme vytvoriť sami, inšpirovať sa skutočnými udalosťami, ktoré sme zažili. Dôležité je, aby príbehy boli autentické (pôsobili na deti skutočne) a súčasne zrozumiteľné pre danú cieľovú skupinu. Súčasne by mali dávať priestor pre diskusiu, úvahu o rôznych riešeniach či alternatívnych koncoch príbehu.

Ak siahneme po príbehoch z rôznych internetových stránok či youtubových kanálov, mali by sme zvažovať kritériá uvedené vyššie. V rámci preventívnych aktivít nie je vhodné vyberať príbehy s tragickým koncom, naopak je vhodné vyberať také príbehy, ktoré umožňujú modelovať riešenia, poukázať na silu sociálnej opory, vyhľadania odbornej pomoci, motivácie k zmene a pod.

## KDE SA INŠPIROVAŤ?



**STORIES THAT MOVE** je online nástroj na učenie o rozmanitosti a diskriminácii založený na skutočných príbehoch a skúsenostiach mladých ľudí. Projekt vznikol pod záštitou Anne Frank House a okrem príbehov tu nájdete aj metodické postupy a vzdelávacie materiály.



**ONLINE ŽIVÁ KNIŽNICA** obsahuje príbehy tzv. živých kníh, t. j. osobné a autentické video príbehy ľudí, ktorí prekonávajú prekážky v spoločnosti, výpovede ich rodín a blízkych a tiež otvorené výpovede pomáhajúcich profesionálov pracujúcich s istými zraniteľnými skupinami. Okrem video príbehov opäť v knižnici nájdete aj metodiky a návody, ako s príbehmi pracovať.



**DETSKÝ ČIN ROKA** je unikátny projekt, ktorý motivuje ku konaniu dobrých skutkov a pomáha tak deťom a dospelujúcim zorientovať sa v hodnotách, dáva im šancu pochopiť cez skutočné príbehy, čo je dobré a čo zlé. V archíve nájdete príbehy od roku 2000, niektoré si možno iba prečítať, iné sa dočkali aj nahrávok v podaní známych osobností.



**20 VÝNIMOČNÝCH ..., KTORÍ ZMENILI SVET**, tak znie titul knižiek z edície Neobyčajné príbehy z vydavateľstva REBO. V knižkách nájdete príbehy známych aj menej známych osôb, ktoré vykonali niečo výnimočné. Príbehy sú vhodné pre mladšie deti.

**TIP:** Vyskúšajte postup zo strany 5 alebo niektorú z aktivít na strane 6 s týmito príbehmi:

Kreslená rozprávka o poníkoch, v ktorej sa začína príbeh šikany: (vhodné pre I. stupeň ZŠ)



Príbeh kyberšikanovania z dielne Childnet International: (vhodné pre II. stupeň ZŠ)



# HRA AKO METAFORA

V hre vzniká modelový svet, ktorý vytvára priestor pre vyskúšanie nových rol a druhov správania, experimentovanie a skúmanie nových spôsobov interakcie s okolím v bezpečnom prostredí. Aj v hrách sa uplatňuje princíp preneseného významu a metafor. Či už pracujeme s hrami, v ktorých preberáme rôzne roly, precvičujeme zručnosti alebo overujeme vedomosti, majú hry v prevencii veľký potenciál. K ich výhodám patrí najmä:

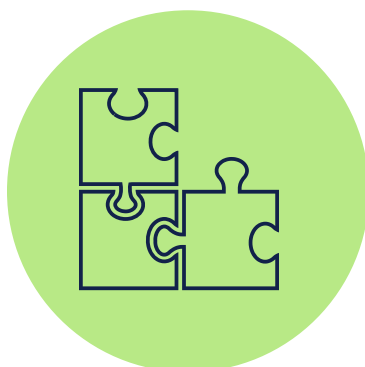
- vysoká miera aktivizácie triedy,
- potenciál hlbšieho sebapoznávania a rozvoja komunikačných a sociálnych kompetencií,
- prepojenie teórie s praxou,
- precvičovanie reálnych situácií,
- možnosť použiť metafory, vizualizácie, prepájať rôznorodý podnetový materiál, ktorý deti aj dospievajúcich zaujme,
- priestor pre prepájanie tém prevencie s výučbou rôznych predmetov.

Tipy na niektoré hry, ktoré scitlivujú, vytvárajú priestor pre sebaopoznanie, osobnostný a sociálny rozvoj uvádzame na s. 9 a 10.



## KARTIČKOVÉ HRY

- spravidla majú za cieľ priniesť rôzne aspekty problému, rôzne situácie a kontexty,
- zadania na kartičkách si môžeme zahrať, diskutovať o nich, navrhovať riešenia...
- rozvíjajú komunikačné schopnosti a kritické myslenie,
- umožňujú veľkú variabilitu pravidiel a spôsobov použitia,
- niekoľko tipov na kartičkové hry do triedy nájdete na s. 9 a 10.



## VEDOMOSTNÉ HRY

- vedomostné hry môžu byť inšpirované napr. televíznymi súťažnými reláciami alebo spoločenskými hrami,
- umožňujú informácie prinášať v atraktívnej forme kvízov, tímových hier a pod.,
- tradičné hry môžeme naplniť preventívnym obsahom a hravou formou spoznávať napr. riziká internetu (pozri s. 11), alternatívne životné štýly alebo riziká návykových látok, ktoré škodia nášmu telu.



## ÚNIKOVÉ HRY

- únikové hry môžu kombinovať vedomostné prvky s riešením problémov a rozvíjaním komunikácie a spolupráce v skupine,
- podporujú tímového ducha, procesy rozhodovania, plánovania a tiež kritické myslenie,
- princípom únikových hier je nájsť a vyriešiť rôzne problémové úlohy, ktoré nás dovedú k finálnemu "kľúču" a úniku z metaforickej uzamknutej miestnosti.

# HRY, KTORÉ SCITLIVUJÚ I.

Spoločenské hry môžu poslúžiť ako kreatívna a aktivizujúca pomôcka. A nemusí to byť len súťaživé hranie...

- hry takto môžeme používať ako motiváciu k rôznym témam,
- upravené verzie hier môžu poslúžiť na zopakovanie a precvičenie pojmov (napr. pexeso alebo kvarteto) alebo overenie porozumenia pojmov,
- materiál z hier (karty, kocky, figúrky apod.) môžeme použiť ako pomôcky pri rôznych komplexnejších hrách, diskusiách, reflexii a pod.

Tu je niekoľko výhod, ktoré tieto spoločenské hry do triedy prinášajú:

- materiál hier zaujme a zabaví,
- hra zvyšuje zaangažovanosť a aktivizuje triedu,
- v hrách je vždy priestor pre tvorivosť,
- napriek náročným témam môžu hry stimulovať pozitívne emócie,
- a samozrejme podporujú spoluprácu a komunikačné zručnosti. (Sokolová, 2021)

## Sme tu spolu

BEEN THERE TOGETHER alebo Sme tu spolu je hra pre jedného hráča alebo jednu hráčku. Počas hrania prostredníctvom úloh a otázok podnecuje hráčov a hráčky k socializácii a/alebo reflexii verejného priestoru. K hre je k dispozícii aj mobilná aplikácia a tiež metodické príručky pre vyučujúcich.

<https://beentheretogether.wixsite.com/smetuspolu>

## Kocky plné príbehov



Na trhu je k dispozícii viacero verzií kociek s obrázkami, ktoré slúžia primárne na podporu komunikačných kompetencií a tvorivosti. Hráč/ka hodí kocky a podľa obrázkov na kockách má za úlohu porozprávať príbeh. Kocky možno veľmi variabilne využiť aj pri rôznych témach prevencie a osobnostného a sociálneho rozvoja, podobne ako karty nižšie.

[www.storycubes.com/en/](http://www.storycubes.com/en/)

### TIP na kockovú aktivitu:

Trieda sa rozdelí do skupín, každá skupinka dostane niekoľko kociek a ich úlohou je z obrázkov na kockách zostaviť krátky príbeh, ktorý vystihuje ich skupinu. Aktivita rozvíja spoluprácu, tvorivosť, vnímanie seba a druhých. Ak obrázky na kockách nestačia, či nemáte dost kociek, môžete použiť aj online alternatívu hry: <https://rpg.nathanhare.net/storygen/>

## Karty IMAGLEE

Karty z hier ako sú Dixit, Krycie mená alebo Imaglee nemusíme vždy používať spôsobom, ako nás nabáda návod hry. Použite fantáziu a vymyslíte kartám nové využitie. Môžu byť podnetom pre rozprávanie príbehov, sebaopoznávanie, vyjadrovanie emócií a postojov, alebo reflektovanie aktivít.

Karty Imaglee českých autorov dopĺňajú metodické príručky a množstvo nápadov, ako ich využiť pri vyučovaní.

<https://imaglee.com/>



### TIP na kartičkovú aktivitu:

Trieda sedí v kruhu, každý si vyžrebuje jednu náhodnú kartu. Na kartách sú vždy štyri symboly, jeden hlavný v strede a tri okolo. Každý má za úlohu nájsť na svojej karte metaforu, ktorá v pozitívnom zmysle slova vystihuje niekoho iného v triede. Môže využiť jeden symbol na karte alebo viaceré. Potom si navzájom povedia svoje metafory. Aktivita podporuje vnímavosť, poznávanie druhých aj sebaopoznanie a tiež súdržnosť a pozitívnu atmosféru v triede.

## QUESTions



Kartičková hra QUESTions umožňuje lepšie spoznať nielen seba ale i ostatných, kľasť ďalšie, nové a neočakávané otázky, vytvárať podnety motivujúce k diskusi a zároveň sa mnohému naučiť. Hru možno zaradiť v rôznych vzdelávacích oblastiach (napr. Jazyk a komunikácia, Človek a hodnoty, Človek a spoločnosť a i.) a prierezových témach (napr. Osobnostný a sociálny rozvoj). V hre nájdete 190 otázok, na každý deň školského roka jednu.

[www.ucenienasbavi.sk/questions](http://www.ucenienasbavi.sk/questions)

# HRY, KTORÉ SCITLIVUJÚ II.

Hry a kvízy s preventívnym námetom si môžete vytvoriť aj sami, presne podľa potrieb svojej triedy. Alebo môžete siahnuť po niektorých už existujúcich hrách, ktoré vznikli za účelom rozvíjať komunikáciu, vnímavosť, tvorivosť či spoluprácu.

Hry v tomto výbere boli vytvorené s cieľom priniesť do tried či rodín niektorú z citlivých spoločenských tém a otvoriť diskusiu o tom, ako sa ňou popasovať, rozvíjať zručnosti a formovať postoje detí a dospelých.

Možno vždy nejde o hry v pravom zmysle slova, využívajú však mnohé hrové prvky a variácie výchovného a preventívneho využitia.

## oBLUDnosti

Kartová hra oBLUDnosti ukazuje, ako sa šíria konšpirácie a ako im nastaviť zrkadlo. Autori a autorky uvádzajú, že bola vymyslená pre základné školy, ale funguje na úplne všetkých, a odporúčajú ju použiť ako rozšírenie výučby v rámci tém ako mediálna gramotnosť, internetová bezpečnosť, politické dejiny 21. storočia, ideológie, manipulácia, etické správanie, masmédiá a pod.

Hra rozvíja kritické myslenie, kreativitu, argumentačné a komunikačné schopnosti a vhodným nástrojom na otvorenie témy konšpiračných teórií a dezinformácií. Pre učiteľov a učiteľky je k dispozícii metodický materiál.

<https://obludnosti.sk/>



## Digitálni hrdinovia

Ide o stolovú hru, ktorá otvára témy bezpečného online prostredia a necháva žiakom priestor, aby sami nachádzali vhodné riešenia. Hra slúži na prevenciu a vysporiadanie sa s kyberšikanou z pohľadu obeť, aj mlčiacej väčšiny. Hrá sa s figúrkami na hracej ploche, pričom ide o to, aby žiaci čo najviac uvažovali a vyhodnocovali predkladané problémy, s ktorými sa môžu stretnúť v online prostredí. Pre učiteľov a učiteľky je k dispozícii metodický materiál.

<http://eduma.sk/stolova-hra-a-komiks-digitalni-hrdinovia/>



## Zóna bez šikany

Súbor 101 kartičiek poskytuje tipy a triky, ako rozprávať o šikane. Tieto kartičky vám poslúžia ako podnet k rozhovorom o téme šikana a ponúknu vám nápady, čo robiť v prípade, že niekde pozorujete jej prejavy. Rozprúdením diskusie v skupine môžete šikanovaniu predchádzať. Ako uvádzajú autori, vďaka kartičkám môžete do debaty zapojiť všetkých bez rozdielu – či už sú to obeť, diváci, alebo šikanujúci. Ani tu nechýba metodická príručka s námetmi pre učiteľky a učiteľov.

<https://komenskehoinstitut.sk/zonabezsikanyvagnost/>



## INAKosti

Každý človek je niekedy súčasťou menšiny a inokedy súčasťou väčšiny... Či už preferujeme nejaký alternatívny životný štýl, vyznávame iné náboženstvo ako väčšina, narodili sme sa s postihnutím, dedičným ochorením, hovoríme iným jazykom ako väčšina ľudí v našom okolí, patríme ku komunite LGBTI+, či žijeme v zložitých sociálno-ekonomických podmienkach... Sú momenty, kedy sa cítime znevýhodnení, neistí, neprijímaní väčšinou, pretože sme v niečom iní. Máme iné potreby, inak vnímame situácie, často máme iné priority.

Kartičková hra INAKosti obsahuje toľko rozmanitostí, koľko máme v tele kostí. Nájdete v nej viac ako 200 vinet, ktoré predstavujú rôznorodé životné príbehy rozdelené do desiatich kategórií a desať spôsobov ako hru využiť v rámci rôznych predmetov, aktivít a programov.

[www.ucenienasbavi.sk/inakosti/](http://www.ucenienasbavi.sk/inakosti/)

# ZAHRAJME SA PREVENTÍVNE

Upravte známe hry na preventívne a edukačné...

Bežné spoločenské hry, ktoré sme hrávali v detstve sa dajú naplniť novým obsahom a pravidlami.

Takto upravené hry si môžu deti zahrať v škole alebo doma s rodinou podľa klasických pravidiel, alebo môžete použiť niektoré z našich nápadov, ako edukačné a preventívne využitie hier rozšíriť.

## TIP 1:

Vytvorte si vlastné hry pomocou online aplikácií, stačí nahráť Váš obsah, vytlačiť a môžete hrať:

[KVARTETO](#)

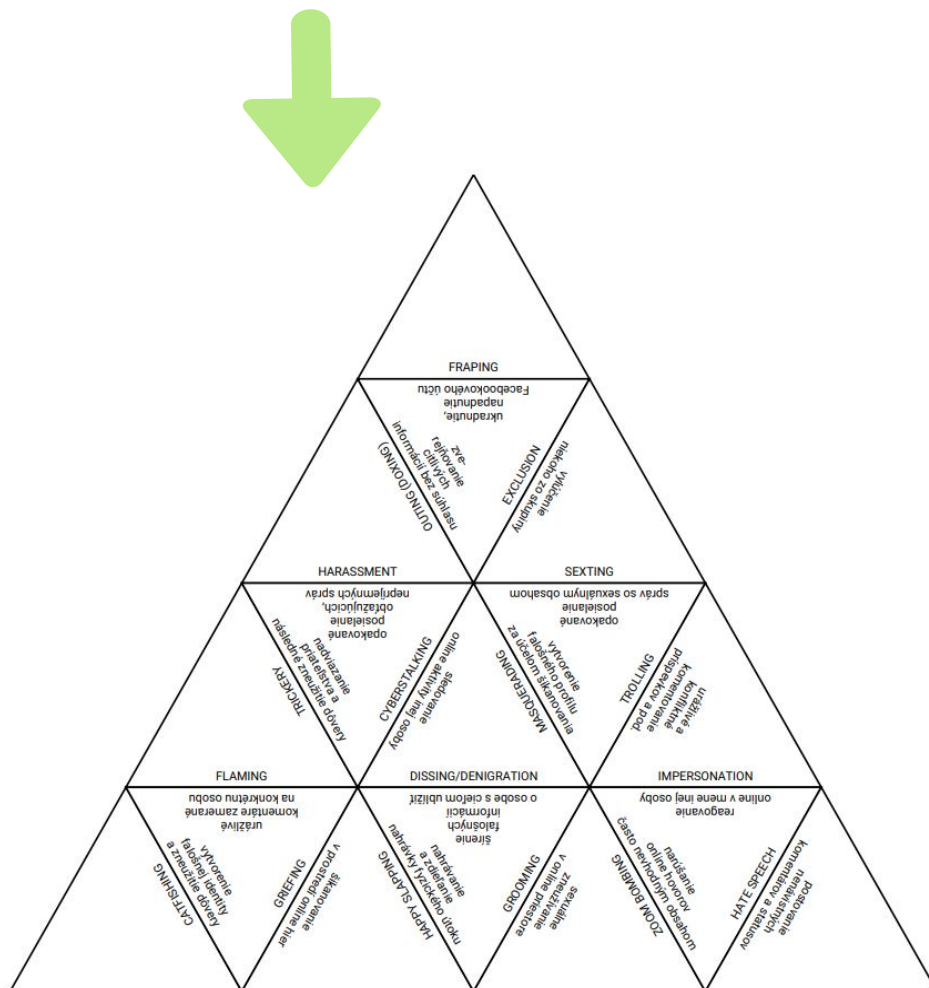
[SKLADAČKA](#)

## TIP 2:

Mnohé hry sa dajú vytvoriť aj v online aplikáciách. Stačí zdieľať link alebo načítať QR kód a hra sa môže začať.

## SKLADAČKA: ČO TO JE?

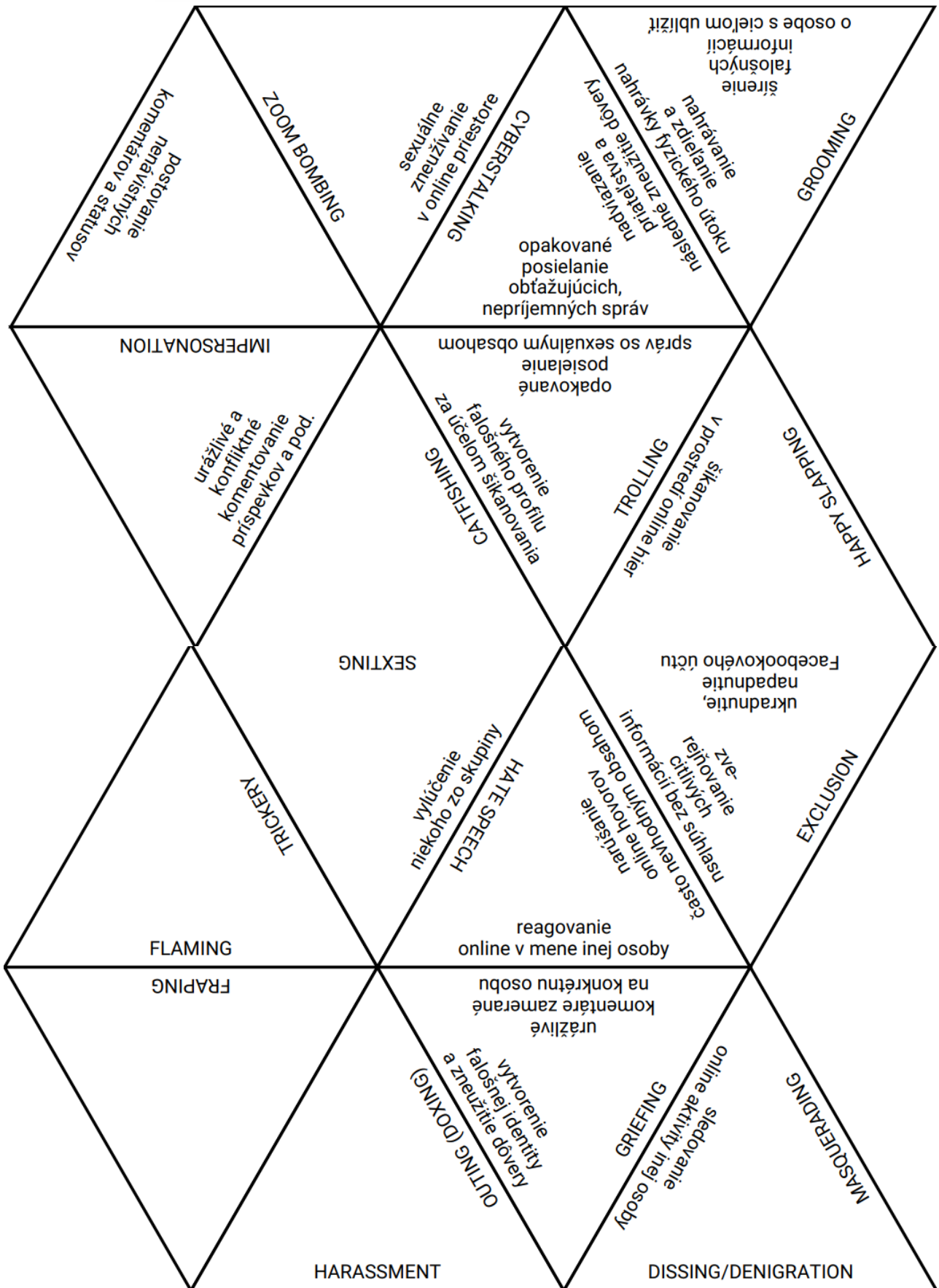
Kyberšikanovanie má mnoho podôb a názvov. A práve tieto anglické označenia rôznych foriem kyberšikanovania sme ukryli do logickej skladačky. Jednotlivcom alebo skupinám rozdáme rozstrihanú skladačku (str. 12), ktorú majú správne zložiť do tvaru trojuholníka (obr. nižšie).



Nad poskladaným trojuholníkom môžeme diskutovať o tom, či už dané pojmy počuli, ktoré bolo najťažšie určiť a pod.

Opäť sú však aj iné možnosti, ako hru využiť:

- Dajte každej dvojici jeden dielik skladačky a nechajte ich diskutovať o význame jednotlivých slov a charakteristik. Potom trieda spoločne zloží celú skladačku.
- Dajte do dvojice alebo trojice jeden dielik skladačky a nechajte ich vybrať si jednu z foriem kyberšikanovania a vytvoriť krátky príbeh na danú tému. Podmienkou je, aby príbeh v závere obsahoval návrh riešenia danej situácie.
- Nechajte skupiny poskladať skladačku a potom ich požiadajte, aby každú stručnú charakteristiku prerozprávali tak, ako by tento jav či správanie vysvetlili napr. starej mame, ktorá o online svete veľa nevie.
- Po poskladaní skladačky nechajte dvojice či skupiny vymyslieť slovenské alternatívy anglických označení jednotlivých foriem kyberšikanovania.



# odkazy na literatúru

Allport, G. W. (1954). *The nature of prejudice*. Addison-Wesley.

Crisp, R. J., & Turner, R. N. (2009). Can imagined interactions produce positive perceptions? Reducing prejudice through simulated social contact. *American Psychologist*, 64, 231–240.

Lemešová, M., & Sokolová, L. (2021). *QUESTions*. <https://ucenienasbavi.sk/questions/>

Lemešová, M. (2021). *Metodika vedenia sociálno-psychologického tréningu v prostredí školy 2.0*. Slovenská asociácia pre učiteľstvo psychológie.

Moezzia, M., Janda, K. B., & Rotmann, S. (2017). Using stories, narratives, and storytelling in energy and climate change research. *Energy Research & Social Science*, 31, 1-10.

Schiappa, E., Gregg, P. B., & Hewes, D. E. (2006). Can One TV Show Make a Difference? Will & Grace and the Parasocial Contact Hypothesis. *Journal of Homosexuality*, 51(4), 15-37.

Sokolová, L., & Lemešová, M. (2022). *INAKosti*. <https://ucenienasbavi.sk/inakosti/>

Sokolová, L. (2019). Storytelling vo výučbe psychológie pre budúcich učiteľov. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, 53(1), 36-47.

Sokolová, L. (2021). *Metódy vyučovania psychológie a predmetov osobnostného a sociálneho rozvoja 2.0*. Slovenská asociácia pre učiteľstvo psychológie.

Vezzali, L., Stathi, S., Giovannini, D., Capozza, D., & Trifiletti, E. (2014). The greatest magic of Harry Potter: Reducing prejudice. *Journal of Applied Social Psychology*, 45(2), 105-121.

Yuker, H. E., & Hurley, M. K. (1987). Contact with and attitudes toward persons with disabilities: The measurement of intergroup contact. *Rehabilitation Psychology*, 32(3), 145.

---

Lenka Sokolová, október 2022