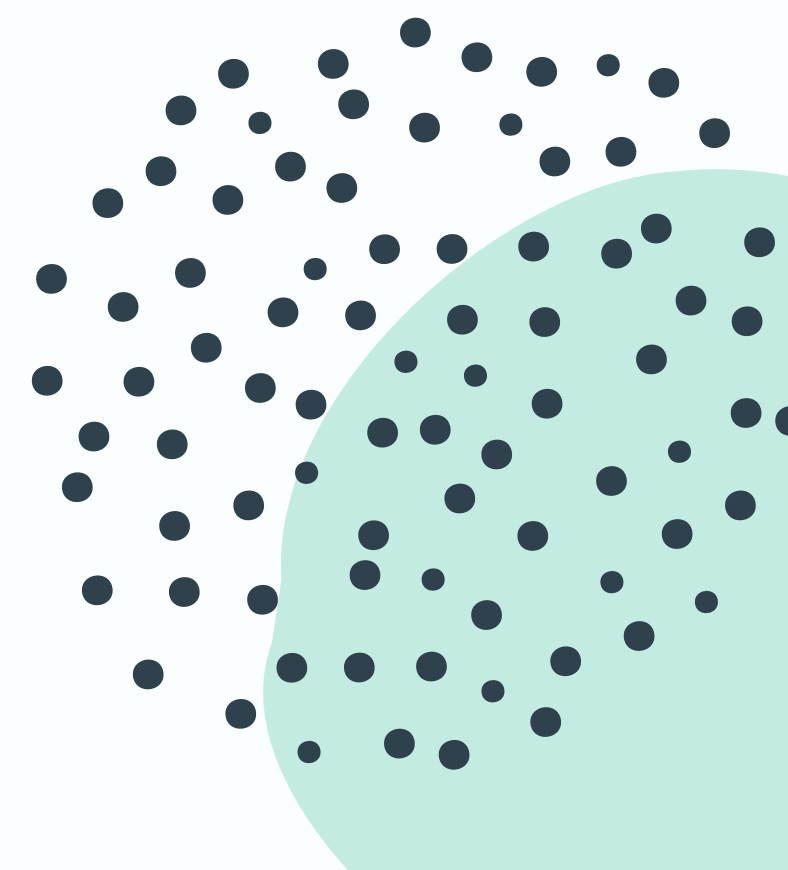


TRANSAKČNÍ ANALÝZA PRAKTICKY

Mgr. Markéta Homolková
PSYb2890



Udělejte 3-jice -
máte 10 minut na reflexi úkolů

Reflexe úkolu

1. SDÍLEJTE VLASTNÍ POSTŘEHY K ÚKOLU

2. VYBERTE ZA SKUPINU DVĚ UKÁZKY, KTERÉ
PŮJDETE ŘÍCT A NAKRESLIT NA TABULI



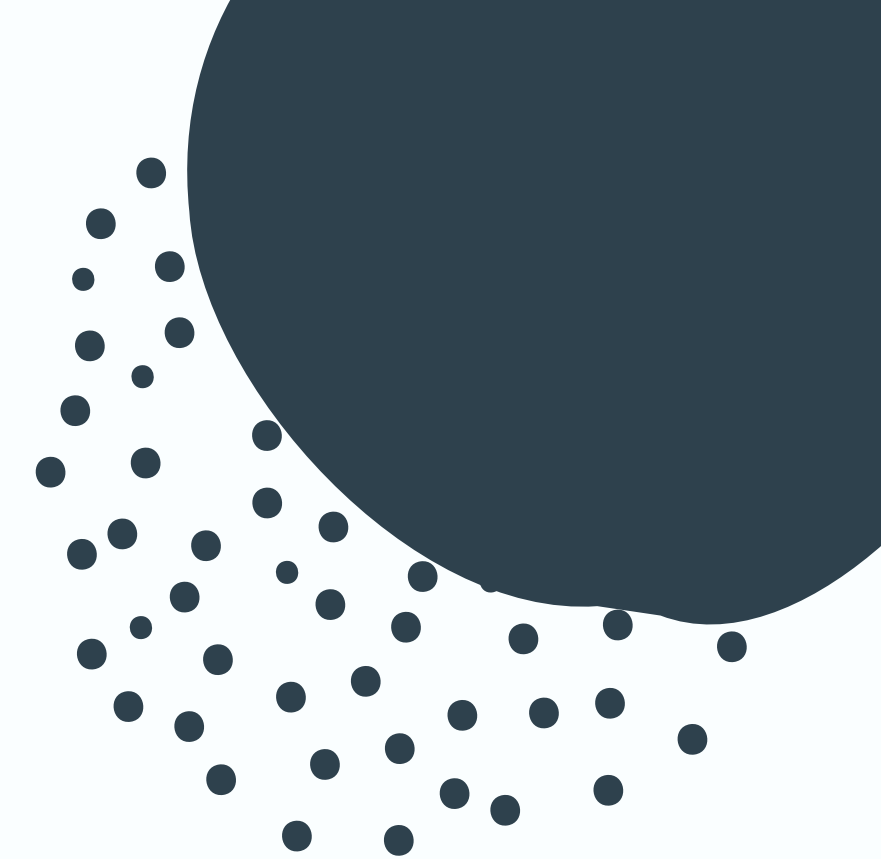


ÚKOLY

MOTIVACE, STROKY

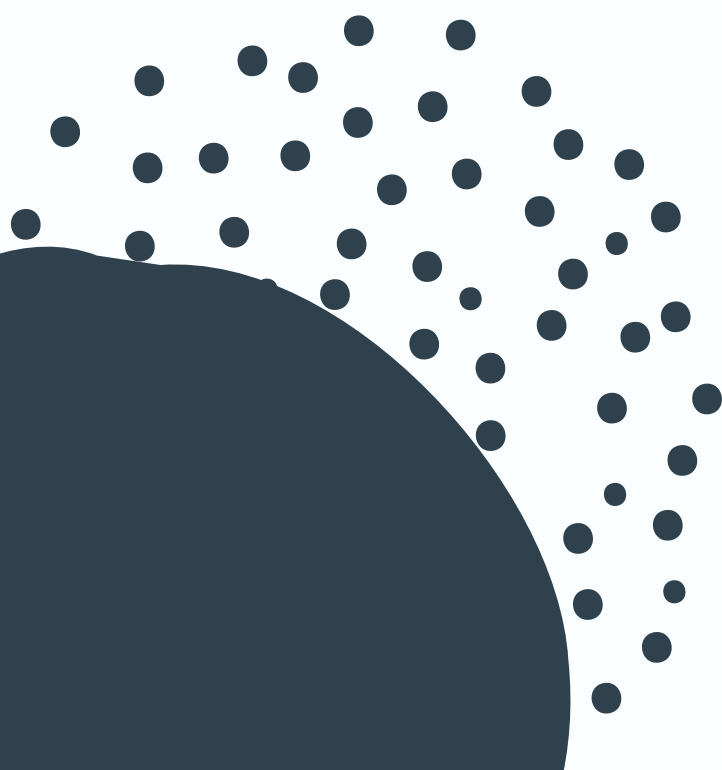
PSYCHOLOGICKÉ HRY

dramatický a vítězný trojúhelník, můj plán hry



**Co nás dneska
čeká?**

Stroke

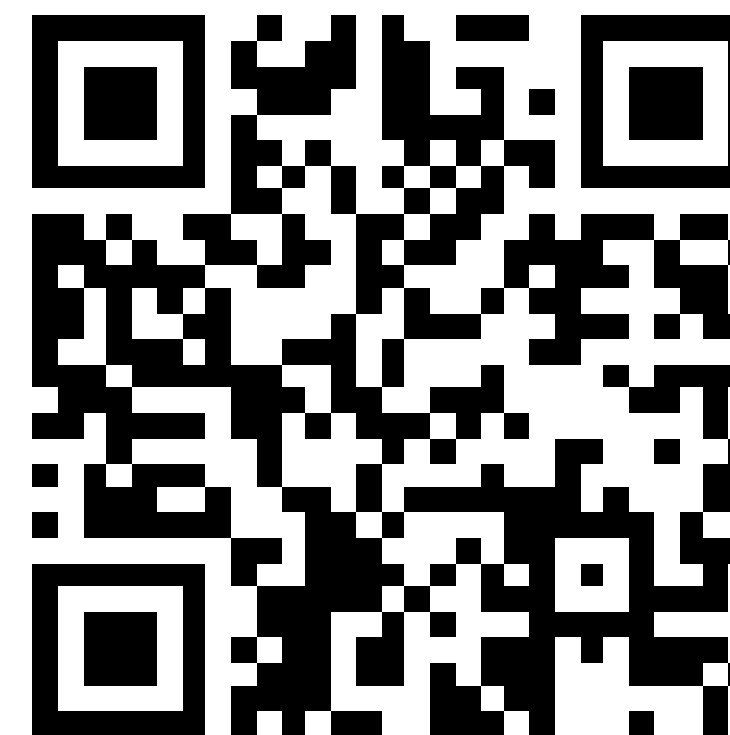
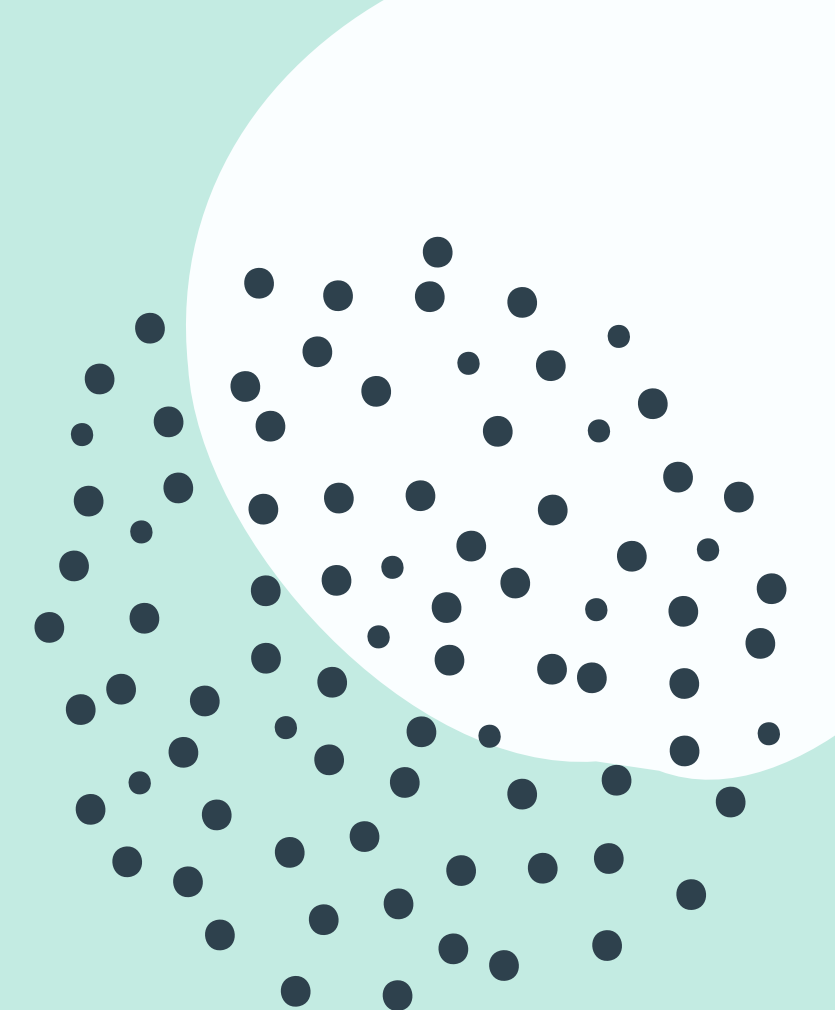


Co mě motivuje?

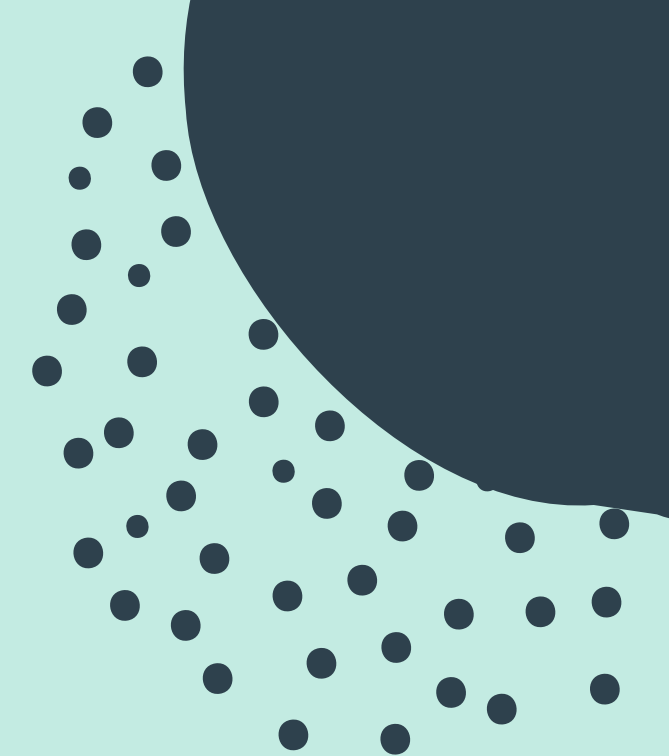
1. STIMULACE

2. UZNÁNÍ

3. STRUKTURA



Stroke

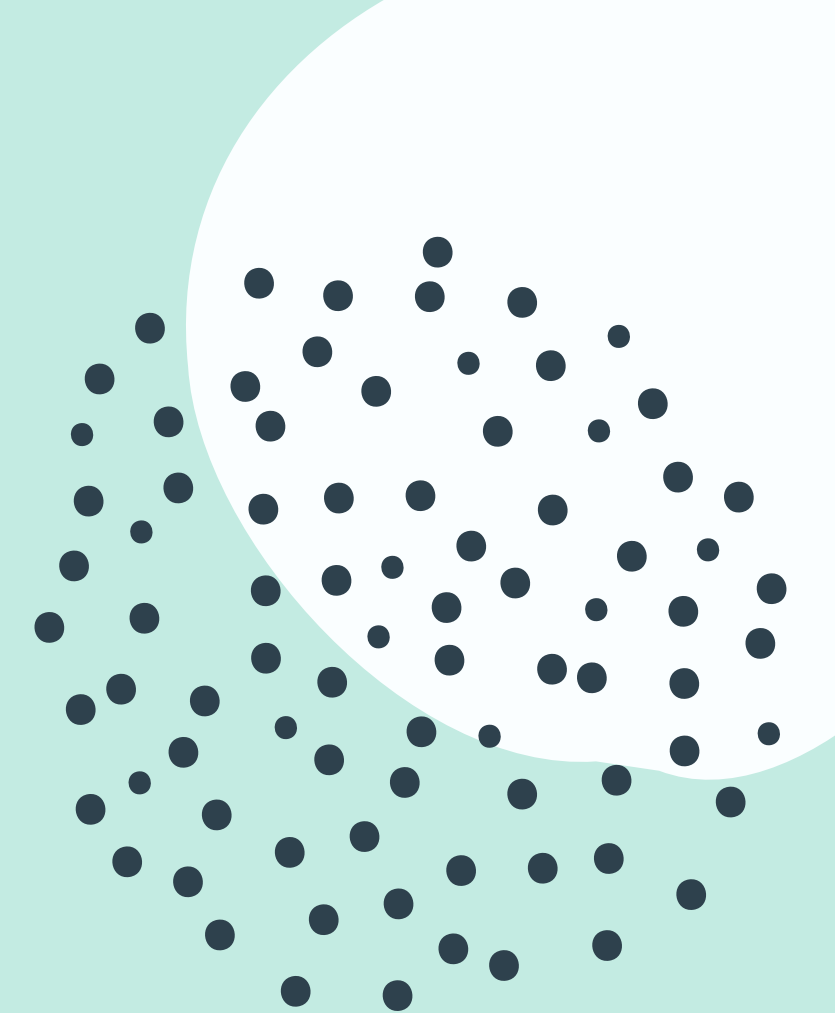


1. Verbální vs Neverbální

2. Pozitivní vs Negativní

3. Podmíněný nebo Nepodmíněný

Jak to mám já?



1. ZAKRESLETE SI PROSÍM PŘÍKLADY, CO PODLE VÁS PŘEVládÁ V RÁMCI ŠKOLY VS. OSOBNÍM ŽIVOTĚ (10 MINUT)
2. ČEHO JSTE SI VŠIMLI? (STROKEFILTER)

“Pravidla” pro Stroke



•Steiner, 1971

1. Neoceňuj je, budou chtít víc
2. Když si o ně musíš říkat, tak nemají příliš velkou cenu
3. To nic nebylo
4. Když to říkají, musí to být pravda
5. Samochvála smrdí

PAUZA

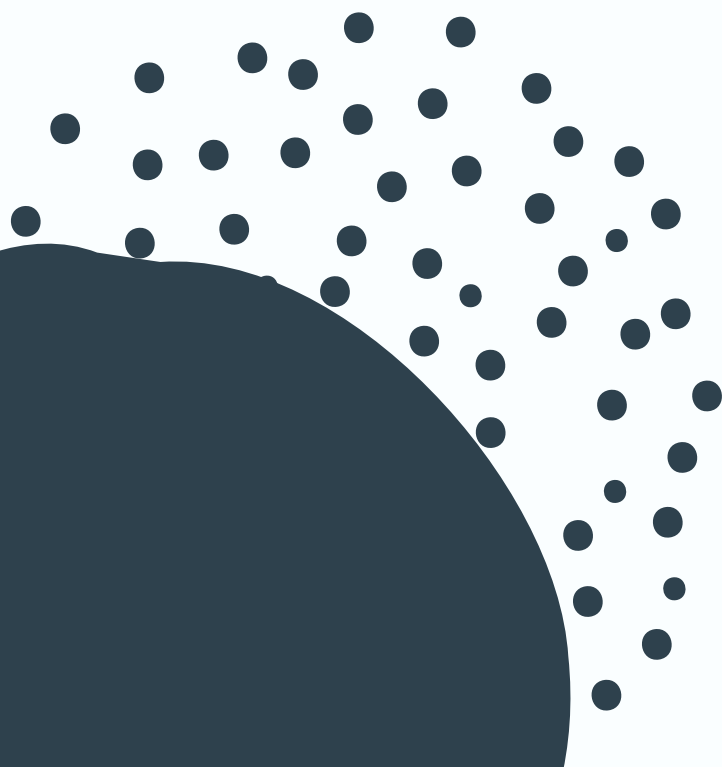
PRO TEBE PAUZA A PRO TEBE TAKY!



10 MINUT

imgflip.com

Psychologické hry



Udělejte 5 skupin,
máte 10 minut na vymyšlení

Psychologické hry

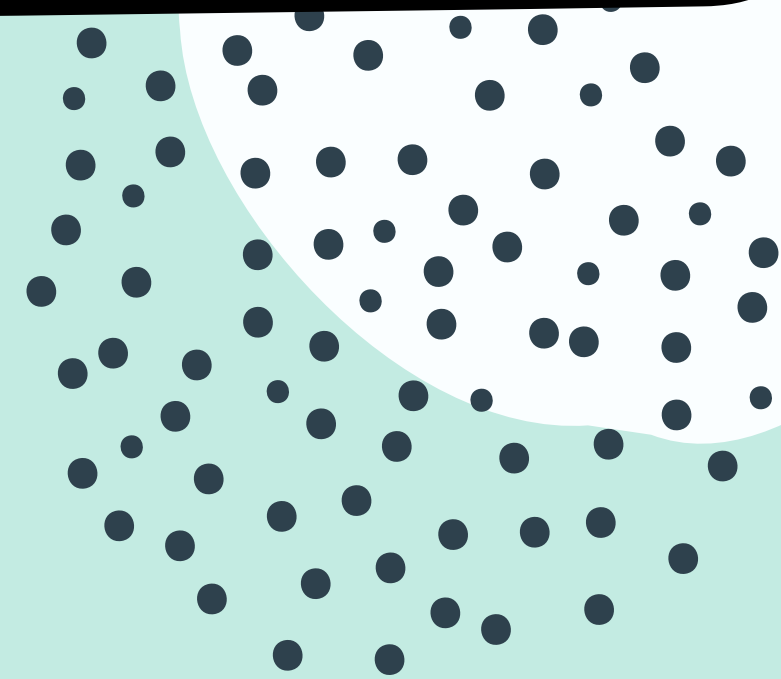
1.CO UŽ O TÉMATU VÍTE (NEBO NAJDETE) - MODRÝ 

2.JAKÉ EMOCE TOTO TÉMA VE VÁS PROBOUZÍ? - ČERVENÝ 

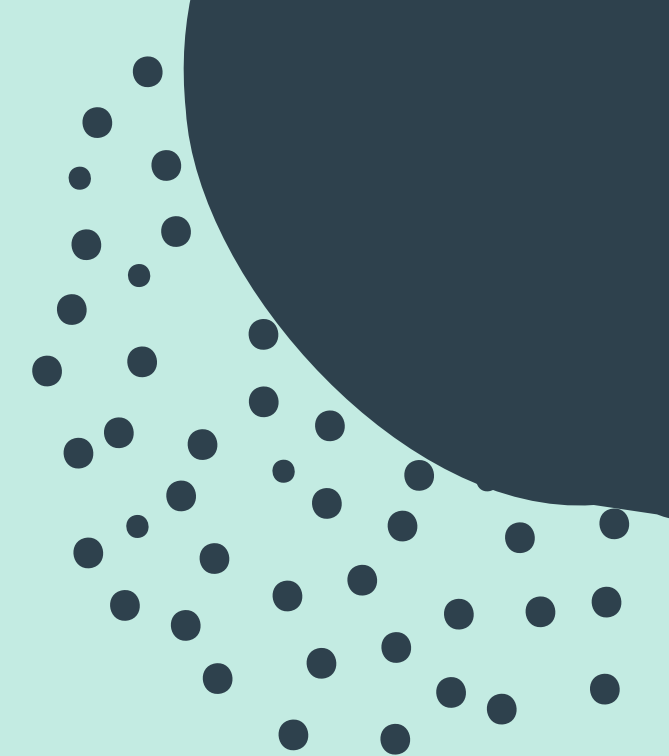
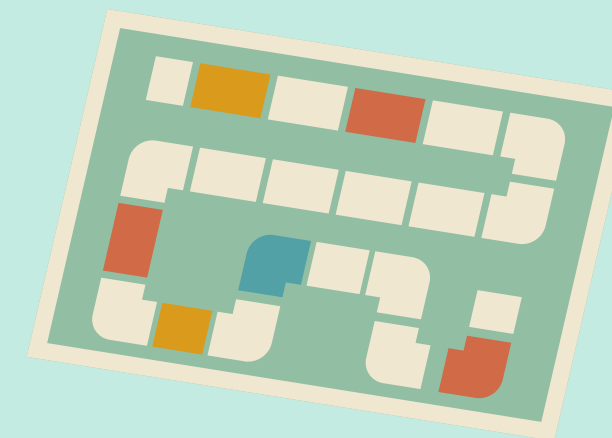
3.CO VÁS K TOMU NAPADÁ, JAK SE JIM VYHNOUT? - ZELENÝ 

4.CO JE NA NICH DOBRÉHO, JAKÁ JE MOTIVACE? - ŽLUTÝ 

5.JAKÁ JSOU RIZIKA JEJICH UŽÍVÁNÍ? - ČERNÝ 

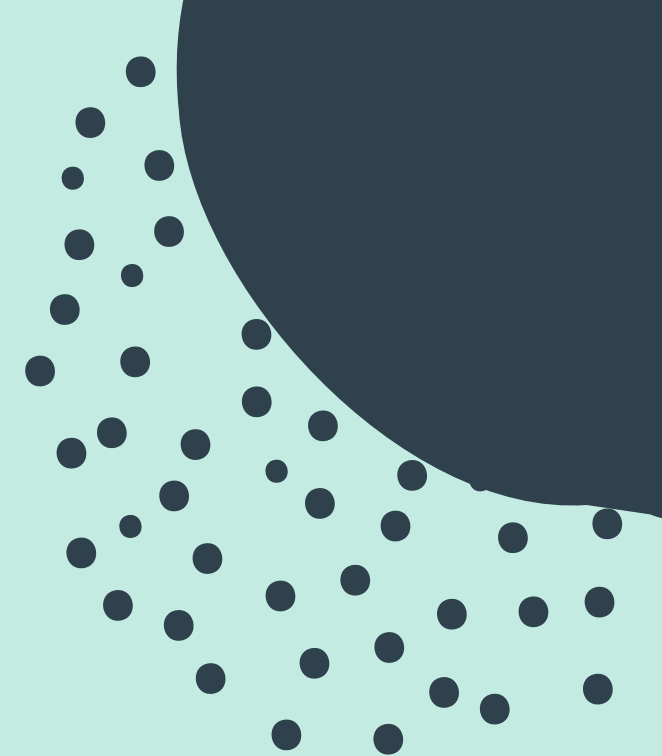


Psychologické hry



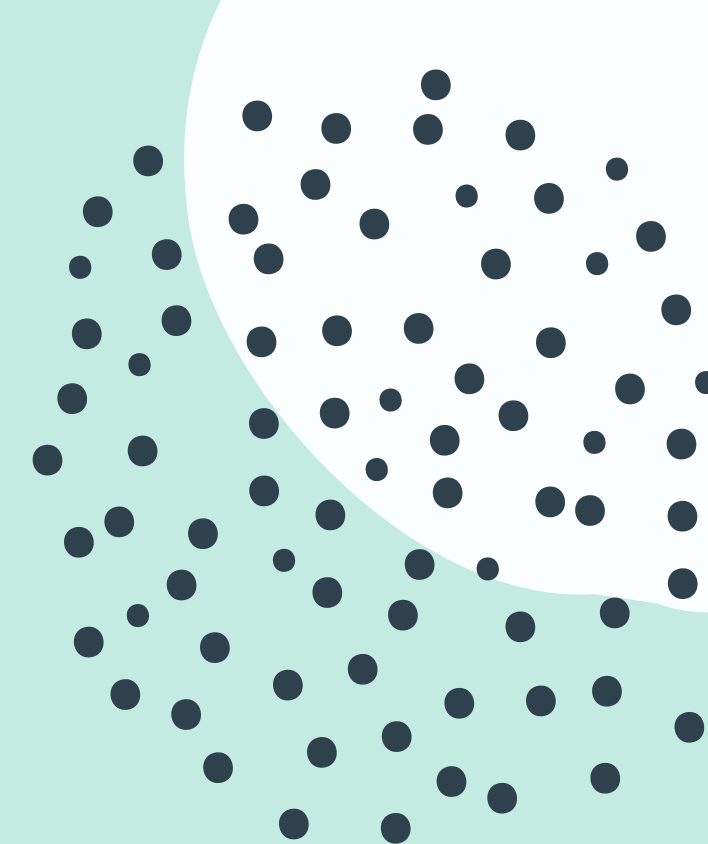
- Série skrytých transakcí vedoucích ke známému a předvídatelnému výsledku
- Jsou mimo vědomí dospělého
- Potvrzují si jimi scénář
- Moment překvapení
- Končí negativními pocity
- Proč do ní vstupujeme? (nejde o hru jako takovou)

Zisky



- Sociální rovina
- Psychologická rovina
- Existenciální rovina

Jdeme si to vyzkoušet?



Klára - Můj přítel si vždycky vezme do hlavy, že všechno dokáže na bytě opravit sám, ale pokaždé to nějak zvorá.

Anna - Hej teď sem slyšela, že FabLab Brno dělá nějaké kurzy, když chceš s opravama začít, tak třeba mu to můžeš doporučit.

Klára - Hej to zní skvěle, jenže on na to vůbec nemá čas, znáš to, hodně věcí do školy, ještě jak má teď ty praxe.

Anna - Hmm jasný.. tak co mu koupit třeba aspoň nějaký dobrý nářadí k narozkám, je bude mít někdy teď ne?

Klára - Jako jo no, ale tak on by s nima stejně neuměl, škoda peněz na něj :D

Anna- Tak nebo já klidně řeknu kámošovi, až se vám příště něco rozbije, on je fakt mega zručnej

Klára - To mi zase přijde blbý otravovat a brát na byt někoho cizího

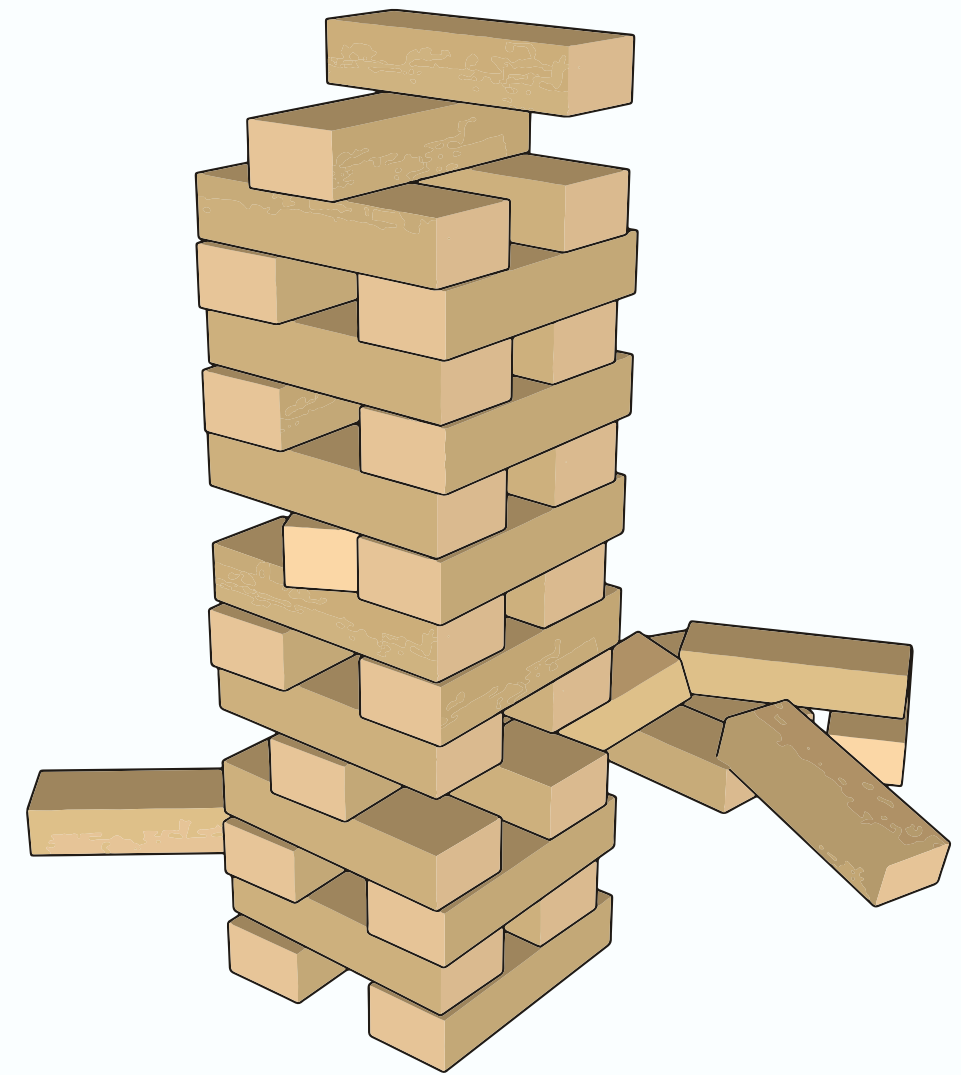
Anna- Takto už nevím, leda to prostě nechat být.

Klára- Jenže to je nanič, takhle nám za chvíli všechno zničí a budeme platit děsný kauce až z toho bytu odejdeme

1.Co vám běží hlavou?

2.Jak by to podle vás teď pokračovalo?

3.Proč tuhle hru podle vás hraje?



PAUZA

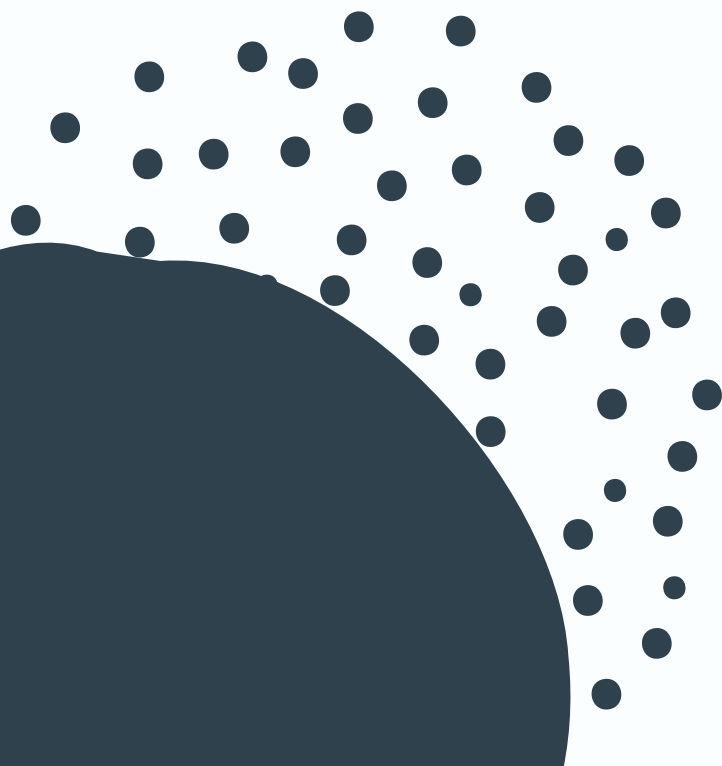
PRO TEBE PAUZA A PRO TEBE TAKY!



10 MINUT

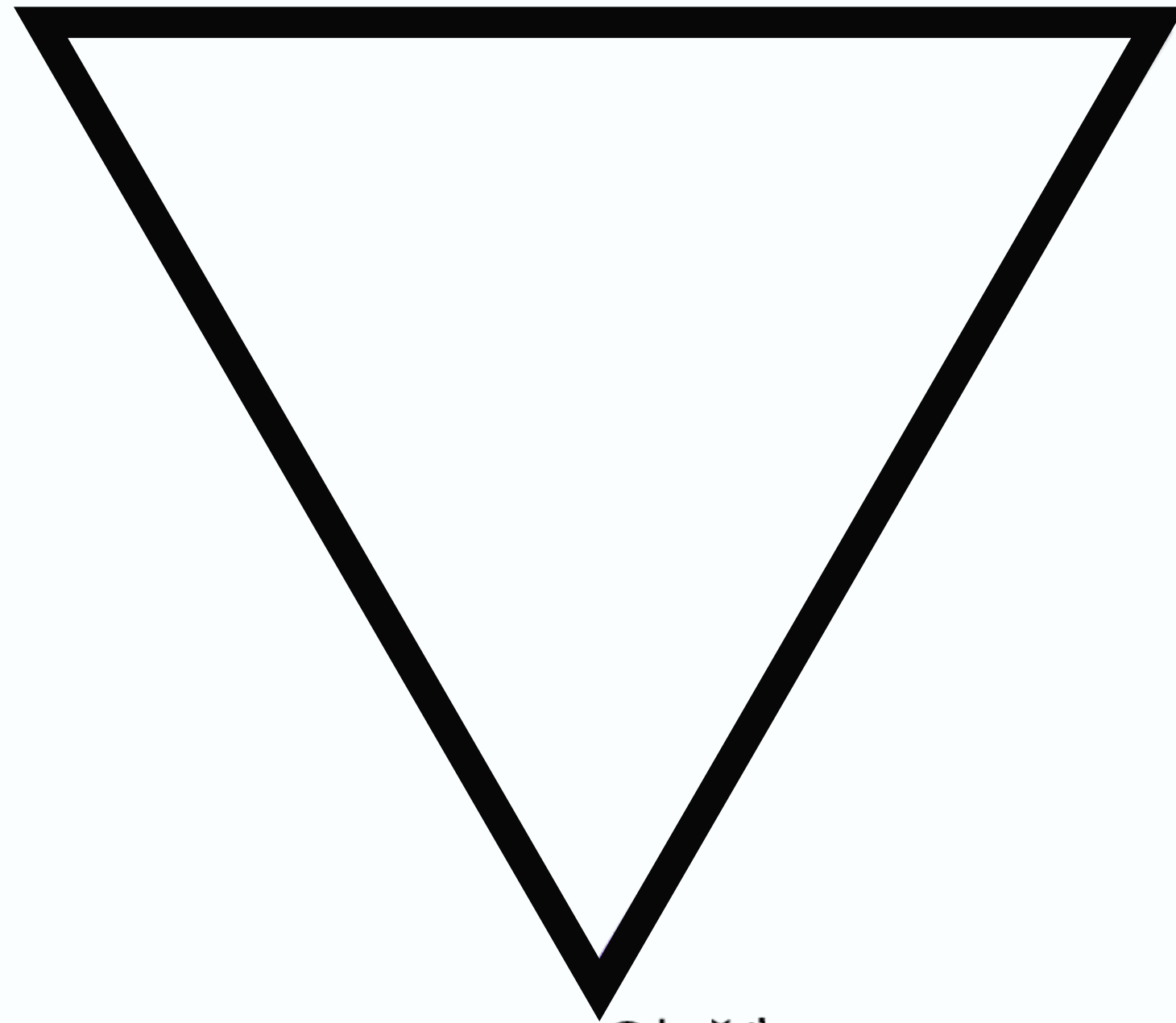
imgflip.com

Dramatický trojúhelník

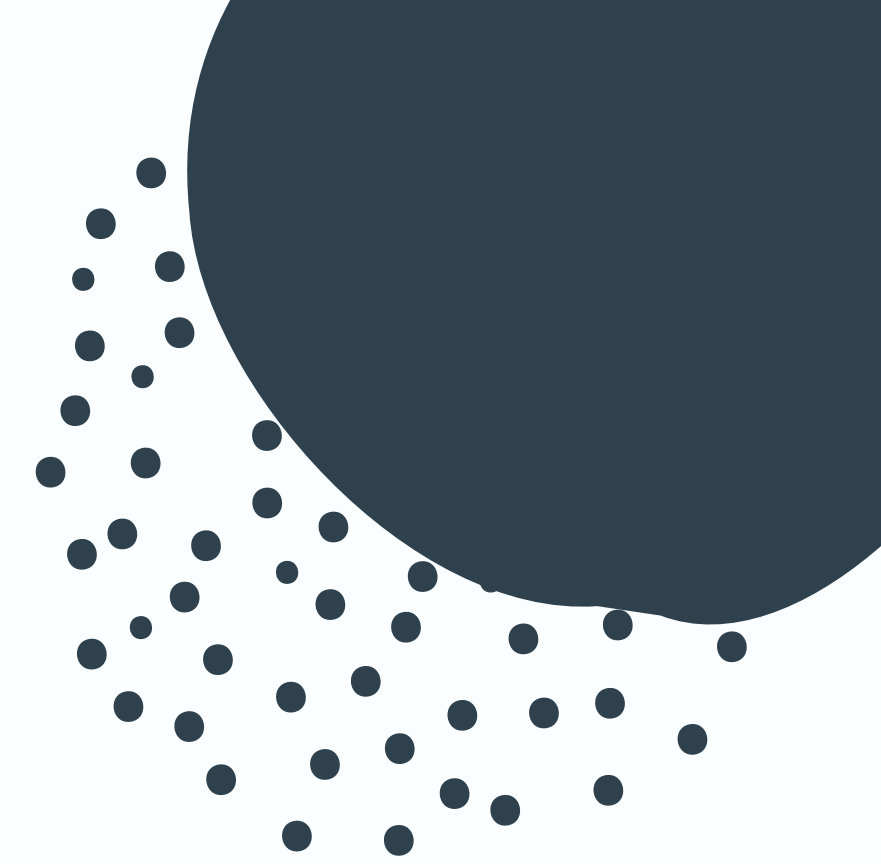


Pronásledovatel

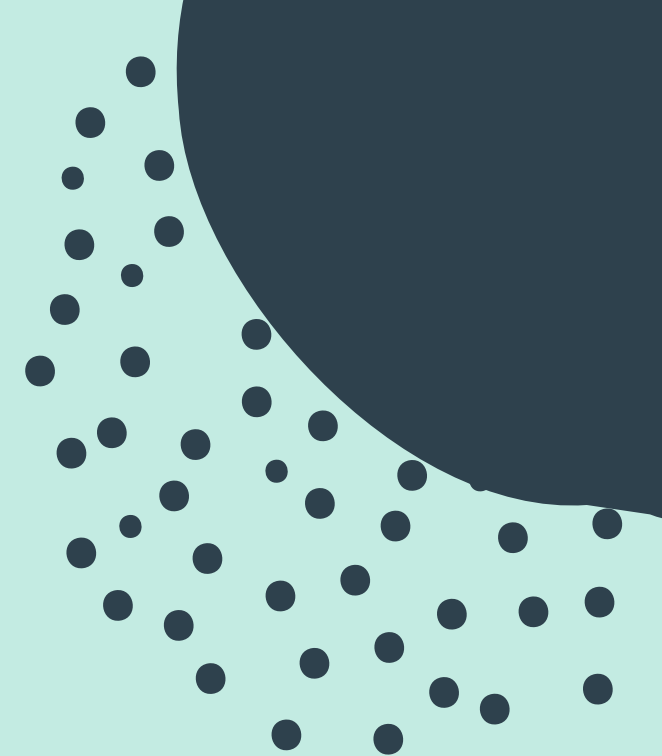
Zachránce



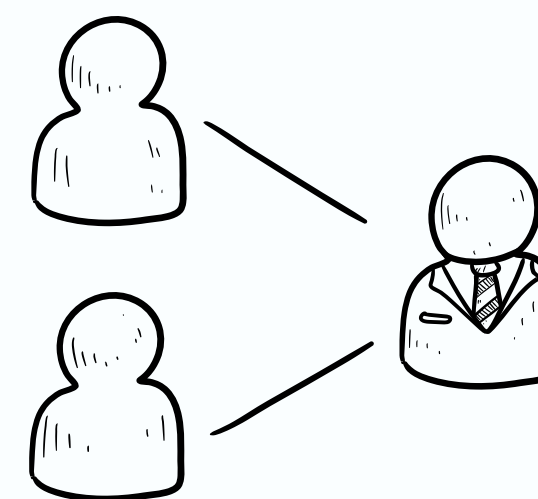
Oběť



Dramatický trojúhelník



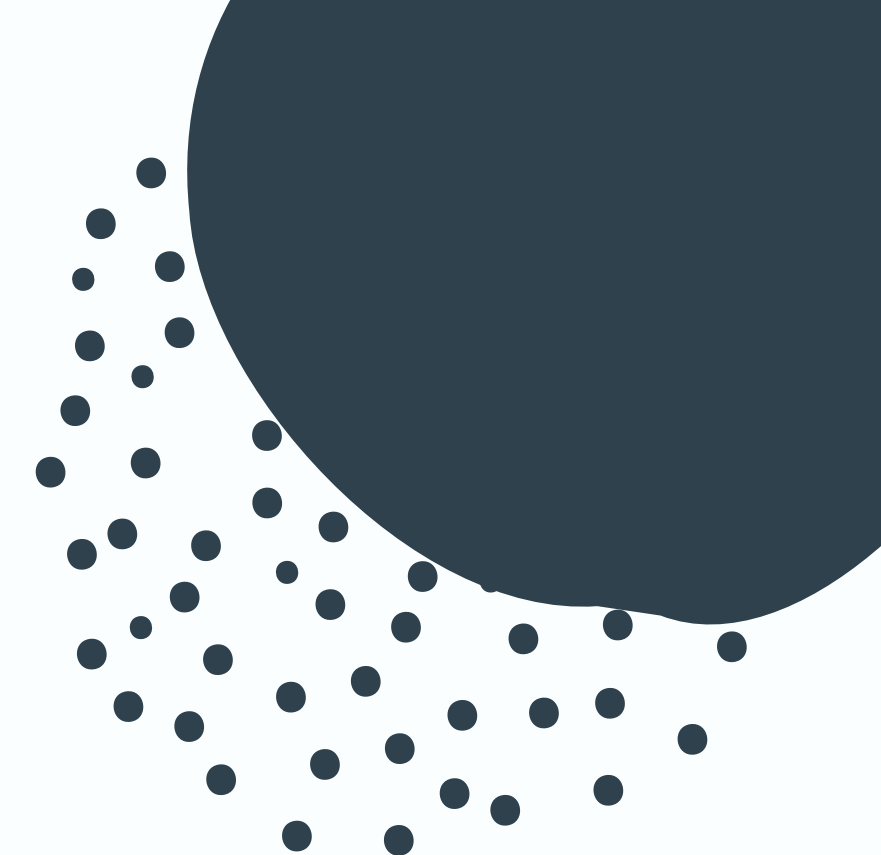
- Oběť začíná hru
- Máme do vínku danou jednu pozici
- Možnost přesunu z jedné pozice do druhé
- Klidně i hodně úrovní a lidí



Asertivní
dovednosti

Empatie, aktivní
naslouchání,
nezištná pomoc

Řešení z pozice
dospělého



Udělejte 3-jice, máte 10 minut

Jdeme si to vyzkoušet?

1. Jak by mohla Anna ze hry vystoupit?
2. Co by potřebovala Klára podpořit?

Jdeme si to vyzkoušet?

Klára - Můj přítel si vždycky vezme do hlavy, že všechno dokáže na bytě opravit sám, ale pokaždé to nějak zvorá.

Anna - Hej teď sem slyšela, že FabLab Brno dělá nějaké kurzy, když chceš s opravama začít, tak třeba mu to můžeš doporučit.

Klára - Hej to zní skvěle, jenže on na to vůbec nemá čas, znáš to, hodně věcí do školy, ještě jak má teď ty praxe.

Anna - hmm jasný.. tak co mu koupit třeba aspoň nějaký dobrý nářadí k narozkám, je bude mít někdy teď ne?

Klára - Jako jo no, ale tak on by s nima stejně neuměl, škoda peněz na něj :D

Anna- tak nebo já klidně řeknu kámošovi, až se vám příště něco rozbije, on je fakt mega zručnej

Klára - to mi zase přijde blbý otravovat a brát na byt někoho cizího

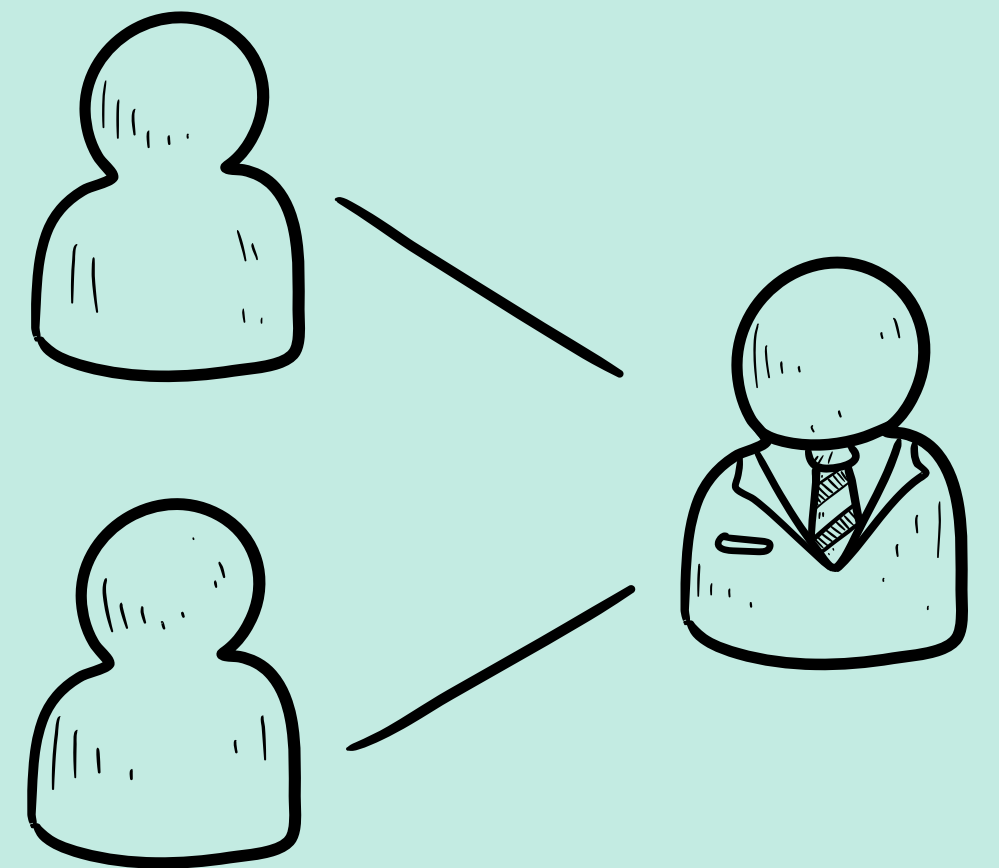
Anna- Takto už nevím, leda to prostě nechat být.

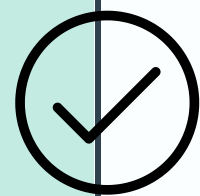
Klára- Jenže to je nanič, takhle nám za chvíli všechno zničí a budeme platit děsný kauce až z toho bytu odejdeme

Udělejte 2-jice,
máte 10 minut na sdílení

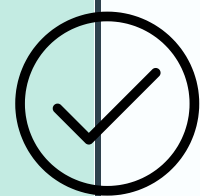
Jak to mám já?

1. CO SE MI OPAKOVANĚ STÁVÁ?
2. JAK TO ZAČÍNÁ?
3. CO NÁSLEDUJE?
4. JAK TO KONČÍ?
6. JAK SE NAKONEC CÍTÍM?
7. JAK SE ASI CÍTÍ OSTATNÍ?

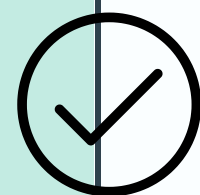




ÚKOL

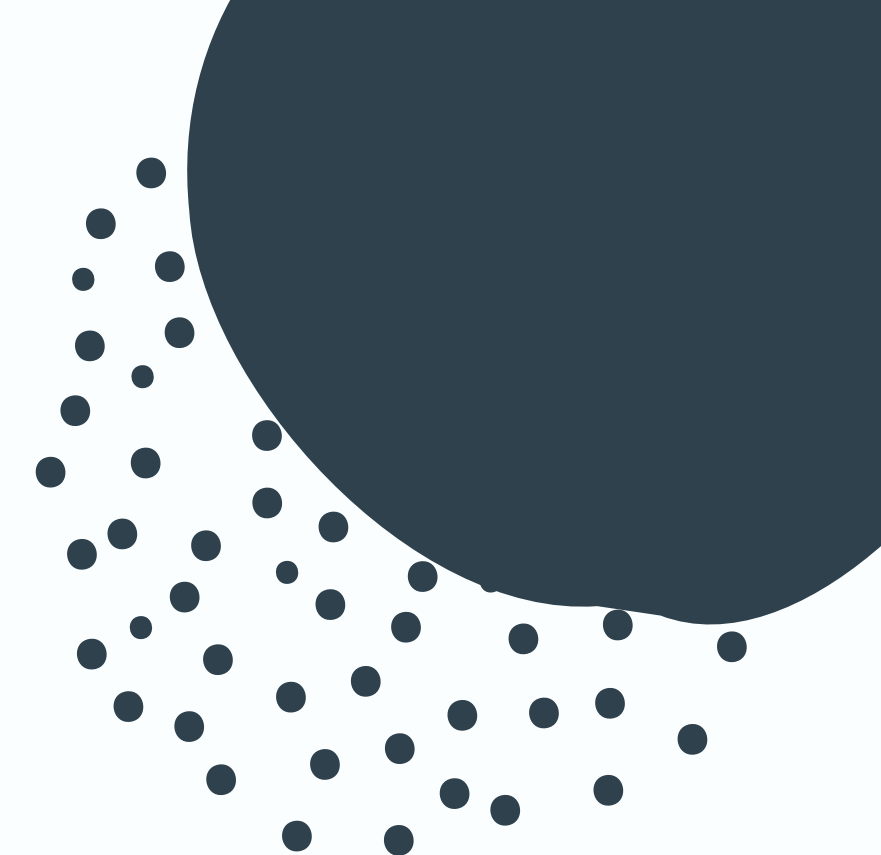


MOJE MOTIVACE,
STROKY



PSYCHOLOGICKÉ HRY

dramatický a vítězný trojúhelník, můj plán hry



**Co máme
dnes za sebou?**



1. Všímejte si her okolo sebe a zapište si část transakcí, které v nich probíhají - jak by se daly změnit ve vítězné? (minimálně 2 ukázky)

Úkolníček



UVIDÍME SE ZA 14 DNÍ

