

Poradní kruh

Poradní kruh

- ▶ https://www.youtube.com/watch?v=NioRoFQ_fPg
- ▶ *Ve škole, kde poradní kruh pevně zakořenil, představuje budova školy středisko, jádro a srdce komunity...Škola je ideálním místem pro tuto práci, protože zde vidíme zcela doslova důvod a smysl veškeré komunitní aktivity: vzdělání, zdraví, spokojené bytí a pocit smysluplnosti generace této i generací následujících. (Zimmerman, J. & Coyleová, V. (2016). Cesta poradního kruhu: umění otevřené komunikace. Praha: Dharmagaia.)*

Poradní kruh

- ▶ Poradní kruh (council) je strukturovaná kruhová praxe, jejíž varianty (základní kruh, kruh v kruhu, spirála aj.) umožňují pracovat se skupinou podle jednoduchých principů a vytvořit bezpečnou a inkluzivní atmosféru v různých prostředích. Základní principy(viz následující snímky):



Mluvit od srdce

- ▶ **Záleží na opravdovosti** toho, co říkáte (nebo toho, co mlčíte), jen tehdy je až hmatatelně cítit podstata toho, co chcete říct, i když je to snad rétoricky neobratné.
- ▶ Poradní kruh vytváří **bezpečný prostor** pro maximální upřímnost.
- ▶ Vítaná je i jednoduchost řeči, atmosféra poradního kruhu svojí podstatou brání vykecávání. Žádné filosofické reflexe, ale **skutečně osobní sdělení**.

Naslouchat od srdce

- ▶ Pozorné nesebestředné naslouchání je snad ještě vzácnější než promlouvání od srdce, přitom úspěch poradního kruhu je z největší části **závislý právě na naslouchání**.
- ▶ A opačně - pozorné naslouchání pomáhá mluvčímu lépe mluvit o věcech, o kterých doopravdy chce.

Mluvit k věci

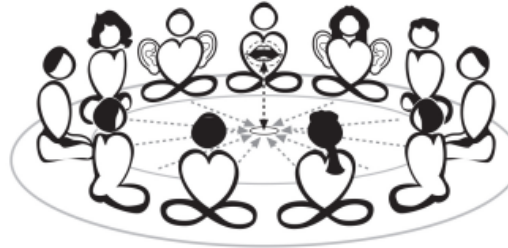
- ▶ Mluvit k věci a být výstižný je umění, důvodem vyprávět příběhy v poradním kruhu ale není stát se profesionálním vypravěčem nebo charismatickým řečníkem.
- ▶ **Důležité je držet se tématu**, kvůli kterému všichni do poradního kruhu přišli.

Spotánnost

- ▶ Bylo by chybou, chystat si v průběhu promluv ostatních to, co chci říct. Oslabovalo by to naslouchání a tím by vlastně řeč také špatně dokázala zareagovat na již řečené. Můžete i spontánně mlčet, protože ne všechno, co vám v jednu chvíli připadá důležité, musí být nutně vysloveno nahlas.
- ▶ Když k vám dojde "mluvící předmět", tedy udělení slova, zmaterializované třeba klackem nebo kamenem, nemusíte hned začít mluvit jako kniha.
- ▶ Někdy je vlastně dobré si trochu vyčistit hlavu, **nadechnout se a ve skrytu si znovu položit otázku, co jsem chtěl vlastně k tématu říct.**
- ▶ Nemusíte se cítit svázáni tím, že musíte nutně na svého předřečníka navázat. **Řekněte to, co se vám k danému tématu dere na mysl. A nebo - spontánně mlčte a dejte slovo dalšímu.**

CESTA PORADNÍHO KRUHU

KRUH JE
PRASTARÝ
JE
OKOLO
UŽ FAKT
DLOUHO



JE TO
NEJSILNĚJŠÍ
A NEJ-
ODOLNĚJŠÍ
PŘÍRODNÍ
FORMA

4 ZÁMĚRY+1 (nebo 2), založené na učení Cesty poradního kruhu od Gigi Coyle a Jacka Zimmermana

NASLOUCHAT OD SRDCE



Naslouchej středu, kruhu, prostorům mezi, zvuku hlasu, řeči těla, prostředí, pravdě.
Snaž se dát druhým co nejvíce své pozornosti, přijímat je takové, jací jsou, soucítit, zůstat přítomný, neřešit své záležitosti, nehledat shodu nebo nápravu, pokud si dotyčný přímo neřekne o pomoc.*

NE TERAPIE



*Poradní kruh není léčba ani náhrada za úlevu nebo řešení zdravotních obtíží, emocionálního rozrušení či duševní poruchy.

Vyhni se:

Věnovat příliš pozornosti "svému příběhu" - světonázoru, soudům, filtrům a srovnávání - to snižuje kapacitu naslouchat ostatním.



SDÍLET OD SRDCE



Sdílej, co je autentické a přítomné. Sdílej svůj příběh - slovem, písní, básní, tichem, pohybem. Buď pro druhé čitelný/á. Používej "já" výroky k vyjádření svých pocitů, potřeb, hodnot, ocenění, prohlášení, empatie, nelibostí, obav, strachů a pod.

Výroky "my / naše / tvoje" používej obezřetně, ne všichni, kdo tu dnes sedí, se musí cítit jako ty.

Mluvíci / naslouchací předmět tě zve ke sdílení za sebe.



Posuň se směrem ke zranitelnosti. Když se cítíš být v pasti nebo emocionálně rozrušený, dej to kruhu alespoň vědět, i kdyby nedošlo na sdílení příběhu.



KRUH MÁ VYŠŠÍMÚ DOBRU - SDÍLEJ, CO SLOUŽÍ TOBĚ, ZUSKÁVÁ V KRUHU - CO JE ŘEČENÓ V KRUHU.

VYJADŘOVAT SE K VĚCI



Buď si vědomý/á času, který máte k dispozici, i velikosti a energie skupiny. Když se díváš na lidi, ke kterým mluvíš, pomáhá to poznat, jestli se vyjadřuješ k věci.

Sdílej jen esenci toho, co potřebuješ říct. Řekni příběh - a neopakuj ho... Není třeba příběh celého života!

Vyhni se:

Přemýšlení nahlas
Filozofování
Analyzování
Lektorování a poučování

Tohle způsobuje odpojování se od srdce a snižuje míru naslouchání



BÝT SPONTÁNNÍ



Neplánuj a nepřipravuj si, co budeš říkat. Důvěřuj tomu, co přijde v momentě, kdy dostaneš mluvíci předmět.

Nadechni se, aby ses spojil/á s tím, co slouží tobě, kruhu a světu.

Spontaneita může být někdy zaměněna za reakci... Počkej aspoň jedno kolo, než promluvíš - věnovat pozornost ostatním může přinést úlevu.



Pro nejlepší praxi:

Sed' v míru s neznámým, pokorou a trpělivostí. Naslouchej duši skupiny, nezávisle na výstupu, "nezachraňuj" druhé, pokud si o to neřeknou. Stále naslouchej!



DŮVĚRNOST

CO JE ŘEČENÓV KRUHU,



PORADNÍ KRUH V PRAXI

VŠICHNI MAJÍ V KRUHU SVÉ
MÍSTO A HLAS A JSOU
STEJNĚ VZDÁLENI OD STŘEDU



Poradní kruh je praxe darovaná a obohacovaná mnohými, předávaná lidmi původních národů, tradicemi uchvájecími Zemi a mnoha dalšími. Jednoduché instrukce nabízejí jako postup, který můžete přizpůsobit tak, aby dobře sloužil. Tahle karta je vytvořena jako zábavný návod a připomínka pro průvodce a průvodkyně i účastníky a účastnice. Není myšlena jako náhrada za učení poradních kruhů vlastní zkušeností či za čtení knihy Cesta poradního kruhu.

POSTUP

NAJDI DOBRÉ MÍSTO / PODPORUJÍCÍ
PROSTOR



VĚNUJ ČAS JEHO PŘÍPRAVĚ PRO TY,
KDO DO NĚJ VSTOUPÍ



VYBER SI PARTÁKA
(máš-li možnost)



Poradní kruhy podporují
partnerství!

ZVOL SI MLUVÍCÍ /
NASLOUCHACÍ
PŘEDMĚT



OVĚŘ SI, CO
JE V DANÉM
KONTEXTU
VHODNÉ

ZVOL STŘED



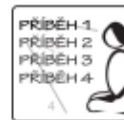
ZAHAJTE CEREMONII

Vyzví, ať kdokoliv ceremonii otevře a nabídne věnování, přání,
modlitbu či požehnání pro kruh.



ZAČNI ÚVODNÍM KOLEČKEM

Například s otázkou: "S čím tu dnes sedím / co je přítomné?"



Ten, kdo drží mluvicí / naslouchací předmět, by neměl být přerušován. Když se kruh zdá mimo nebo když chcete vnést 30 vteřin ticha, použijte zvonek.

Pokud předmět putuje vícekrát dokola, není třeba říci vše, co máš na mysli, hned napoprvé. Řekni jeden příběh, ne čtyři.

Kruh se může domluvit na konkrétním tématu ke sdílení, nebo jej nechat volně plynout.

Když je kruh věnovaný řešení problému, objeví se vyšší inteligence, která pojme moudrost celé skupiny.

Průvodce / průvodkyně musí mít na paměti čas, který je na sdílení k dispozici, a vyzvat skupinu k uzavření kruhu, když se zdá sdílení s ohledem na vyhrazený čas dokončené.

ZAKONČENÍ CEREMONIE

Vyžaduje stejnou péči a kreativitu jako její zahájení.

ZÁKLADNÍ FORMY PORADNÍCH KRUHŮ

TRADIČNÍ KRUH
OBYKLE PO SMĚRU
SLUNCE



SÍŤ
OBYKLE ZE/DO
STŘEDU



Než dáte předmět do středu pro formu sítě, nechte jej při úvodním kolečku alespoň jednou obejít dokola, ať ustavíte a zvědomíte kruh.

AKVÁRIUM
KRUH V KRUHU



Forma akvárium je dobrá pro transparentnost schůzek a pro zapojení všech, kdo mají zájem.

Může být také použita při řešení konfliktních situací v komunitních procesech anebo k rozkrývání tématu

PRÁZDNÝ
POLSTÁR

specifického jen pro některé. Zabere méně času, než když jsou všichni v jednom kruhu.

Vnější kruh podporuje vnitřní a je mu svědkem. Svědkové mohou být vyzváni ke komentářům a příspěvkům, či může být někdo pozván přidat se na prázdný polštář ve vnitřním kruhu, když je třeba vyjádřit se k určitému tématu.

NASLOUČEJ VE PROSPĚCH
ŘÍKEJ, CO SLOUŽÍ,
TOBĚ, KRUHU A VYŠŠÍMU DOBRU



PORADNÍ KRUH ZAHRNÚJE VŠECHNY VĚKOVÉ
SKUPINY, POHLAVÍ, RASY A NÁBOŽENSTVÍ,
A TAKÉ PŘEDKY, PŘÍRODU, ZVÍRATA, SNY, SVĚT,
NEVYŘCENÉ, NEZNÁMÉ...