

V dobré(pozitivní, smysluplné, úspěšné) interakci a komunikaci můžeme vysledovat určité základní **vzorce**, ve kterých lidská komunikace a interakce probíhá. Vzorce můžeme popsat jako něco, co je pro nás obvyklé, co při komunikaci s jinými děláme často. Komunikační vzorce jsou tvořeny z jednotlivých **prvků**. (Rozděleno **do IV. klastrů** - úrovní)

(Pozor! samostatná přítomnost jednotlivých prvků ještě neznamena, že komunikační vzorec je úplný. - Např. :Skutečnost, že se na někoho dívám, ještě nemusí znamenat, že ho opravdu vidím, tedy vnímám a věnuji mu svou plnou pozornost. atd.

- Jak budeme s nahrávkami při rozborech pracovat? Co sledovat a hledat? :

Podrobně si všímat vzájemných interakcí a určovat jednotlivé prvky a celé vzorce, jaké můžeme na nahrávce najít – podle následující zjednodušené tabulky.

PRINCIPY POZITIVNÍ - ÚSPĚŠNÉ KOMUNIKACE – přepracováno podle VTI, SPIN – vzorce a základní prvky –(zkráceno)

I. klastr : Základem komunikace je - INICIATIVA a PŘÍJEM

- 1) Aby někdo mohl přijmout iniciativu druhého člověka, potřebuje si jí nejdřív vůbec všimnout, věnovat tomu pozornost.

Základní otázka: *Jsou iniciativy druhých přijímány? Jak konkrétně?*

- 2) POZOR: **příjem** neznamena souhlas, ale reakci na iniciativu. Znamená to **dát najevo**, že jsem zaregistroval(a) iniciativu někoho jiného ke mně. (základní vzorec=) **VĚNOVÁNÍ POZORNOSTI**

člověku/lidem, se kterými komunikuji. (Čím je jich víc, tím je to samozřejmě náročnější.)

Tvoří ho prvky : oční kontakt , obracení se k druhému člověku, naslouchání

výraz tváře, rozdělování pozornosti, výrazné signály, projevení zájmu atd.

- 3) Samozřejmě jde taky o to, jaká ta naše pozornost je, jestli vůbec jsme na komunikaci s druhým/i **NALADĚNÍ** a oni na nás.

Pozná se to z prvků jako - příjemná hlasová intonace

- příjemný výraz ve tváři
- přátelská pozice těla
- účast na tom, co druhý dělá (např. to, že **ČEKÁ** na odpověď.)

- souhlasné přitakávání
- opětování očního kontaktu
- otočení se jako odpověď na pozici těla druhého
- **POJMENOVÁNÍ** : toho, co vidím, že dělá druhý
toho, co dělám já
toho, co cítím, co si myslím
toho, co cítí nebo si myslí druhý člověk
- pojmenování se souhlasem, - „ano“ , OTÁZKY

II. klastr: VZÁJEMNÉ INTERAKCE

vzorci : **UTVÁŘENÍ SKUPINY a STŘÍDÁNÍ SE**

KOOPERACE

- | | | |
|---------------------------------|----------------------------|--------------------------|
| (prvky:) - zapojení do skupiny | - předání a vzetí si slova | - dávání a braní si věcí |
| - rozhlížení se | - pravidelné střídání se | - společné jednání |
| - potvrzení příjmu | | - vzájemná pomoc |
| | | - rozdělení rolí |

Aby vůbec mohl probíhat smysluplný dialog nebo diskuse, musí si účastníci interakce nejdříve věnovat pozornost a být na sebe naladěni. Rovněž tak bez vzorců utváření skupiny a střídání se, dialog natož diskuse nebudou možné.

III. klastr: VZÁJEMNÉ DOMLOUVÁNÍ SE - DIALOG , DISKUSE

vzorec : **UTVÁŘENÍ NÁZORŮ**

vzorec : **ROZVÍJENÍ OBSAHU**

- | | |
|--|----------------------------|
| - předávání názorů | - zmínka o tématu |
| - přijímání názorů | - rozvíjení tématu |
| - vzájemná výměna názorů | - doptávání se |
| - povzbuzování k vyjádření rozdílných názorů | - hluboká diskuse o tématu |
| - prozkoumávání názorů | - hledání významů |
| - vyjasňování/ ověřování názorů | |

vzorec : **PŘIJÍMÁNÍ ZÁVĚRŮ**

- navrhování
- poopravení, pozměnění dohod, stanovisek, plánů
- přijímání dohod, stanovisek, plánů
- shrnování

IV. klastr: ŘEŠENÍ ROZPORU – ZVLÁDÁNÍ KONFLIKTU

vzorec: POJMENOVÁNÍ ROZPORŮ

- potvrzení, že slyším názor, vidím jednání
- pojmenování emocí
- prozkoumávání jednotlivých záměrů
- propojení pocitů a pozorovaného chování
- vyjasňování pozic aktérů konfliktu

OBNOVENÍ KONTAKTU

- udržení očního kontaktu
- pojmenování
- návrat ke klastrům I nebo II nebo III

Vzorec: VYTVÁŘENÍ DOHOD, PRAVIDEL

- zaujímání stanovisek nebo akceptování stanovisek druhého
- domlouvání možné dohody
- stanovení pravidel nebo přizpůsobení se stávajícím pravidlům
- vyjádření obecných principů a hodnot

* Teprve, jsou-li splněny tyto podmínky, jedná se o naladěné VEDENÍ.