

Komunikační dovednosti

Vnímání sebe sama a svého okolí s uvědoměním předsudků ovlivňuje komunikaci. Kybernetika předsudků je zajímavá pro lidi, kteří chtějí efektivně pracovat na sobě, pracují s dalšími lidmi a chtějí k nim přistupovat s plným vědomím jejich osobností. Předsudky v komunikaci mají pevné místo. Jak moc je pevné, jak moc na nich trváme a jaký mají na naši komunikaci vliv?

Kybernetika a předsudky

PŘEDSUDKY

KYBERNETIKA...

(z řeckého „*Kybernétes*“ = Kormidelník)

je věda, která se zabývá obecnými principy řízení a přenosu informací ve strojích, živých organismech a společnostech.



Kybernetika předsudků

- Děj, situace, fakt, údaj, ...
- Přenos a jeho médium
- Zkreslení informace
- Zastavení informace – nespolupráce



KAŽDÝ ŽIJE SE SVÝMI PŘEDSUDKY

Dovolená

Životní partner

Odpočinek

Ideální večer

Užívat si – den, dovolená, spolu..., sami,

Pochoutka – víme co je a není dobré!

Vím, jak vypadá HRŮZA!!!

IDEÁLNÍ VEČER

Ideální večer?



TRADICE

MODEL

PŘEDSUDEK

PŘEDPOKLAD

NADĚJE

NORMA

ZVYKLOST

PŘEDSTAVA

TEORIE

DOJEM

IDEÁL

NÁPAD

MYŠLENKA

HYPOTÉZA

PLÁN

SMĚR

PRAVDA

Kde se PŘEDSUDKY berou?

- Máma (teta, Kája, v televizi, ...) říkali že, ...
- Někde jsem četl, viděl, slyšel, že, ...
- Já/my vždycky ...
- Moje zkušenosti jsou takové ...

Kde se PŘEDSUDKY berou?

- Já to dělám takhle ...
- Děláme to NEJLÉPE
- Vždycky to FUNGUJE, bude i teď
- „JÁ“, a to umím NEJLÉPE
- Můj TALISMAN,...
- Naše TRADICE jsou ty nejlepší...
- Naše zkušenosti GENERALIZUJEME

Zdroje předsudků

SLOVO, SLOVA, ŘEČ,

[SLOVA.mp4](#)

[NÁZVOSLOVÍ1.mp4](#)

[NÁZVOSLOVÍ2.mp4](#)

význam
slov



Předsudky stvrzujeme

JÁ MYSLEL, ŽE...

JÁ VÍM,...

JE MI JASNÉ!

ROZUMÍM TOMU!

VÍM SVÉ!

A red, horizontally-oriented oval with a thin black border, tilted slightly upwards to the right. It contains white text in a sans-serif font.

*moje zkušenosti
říkají, že...*

Zdroje předsudků

NEZÁJEM O INFORMACE

NEDOSTATEČNÉ INFORMACE

VŠEMU ROZUMÍM!

NEROZUMÍM TOMU ☹️

NAŠE SMYSLY NÁM ŘÍKAJÍ



informace

Jak mohou předsudky vypadat v praxi?

- Chválíme přátele = kladný hrdina
- Pohrdáme nepřáteli = zloduch, padouch
- Dlouhodobě plánujeme = mapa, itinerář
- Nejhlubší pochyby = odsouzení
- Nejvyšší naděje
 - Příběhy života
 - Minulost
 - Budoucnost

+/- náboj

**konečný
slovník**

Co s předsudky?

- Nelze nemít předsudky!
- Identifikace předsudků
- Zpracování předsudků

HODNOTA

VÝZNAM

VZTAHY

UŽITEK

REVIZE

ZISKY/ZTRÁTY

ENERGIE

**A NĚCO
NAVÍC...**

Práce s předsudky

Základní rovina

- Pochopení vs. rozdíly
- Cesta, spolupráce, otevření možností

provokace

kontroverze

Meta pozice

- Sebeuvědomění a sebereflexe
- Reflexe konání druhých

PRAVDA!

nedorozumění

Cesta je dlážděná dobrými úmysly.

Zdroje pro komunikaci

- *The Cybernetics of Prejudices in the Practice of Psychotherapy*

...a další inspirace

- Don Miguel Ruiz: Čtyři dohody
- Lois P. Frankelová: Hodný holky nikdy nedostanou přidáno