

## Správa o činnosti pedagogického klubu

1. Prioritná os	Vzdelávanie
2. Špecifický cieľ	1.2.1 Zvýšiť kvalitu odborného vzdelávania a prípravy reflektujúc potreby trhu práce
3. Prijímateľ	Spojená škola, Československej armády 24, 036 01 Martin
4. Názov projektu	Zvýšenie kvality odborného vzdelávania a prípravy na Spojenej škole v Martine
5. Kód projektu ITMS2014+	312011Z839
6. Názov pedagogického klubu	Komunikačné spôsobilosti
7. Dátum stretnutia pedagogického klubu	28.04.2021
8. Miesto stretnutia pedagogického klubu	Spojená škola, Martin
9. Meno koordinátora pedagogického klubu	Mgr. Denisa Bučkuliaková
10. Odkaz na webové sídlo zverejnenej správy	<a href="http://www.ssmt.sk">www.ssmt.sk</a>

### 11. Manažérske zhrnutie:

#### Asertivita

Dôležitým cieľom výchovy je prosociálne správanie. Jednou zo zložiek prosociálneho správania je asertivita. Asertivita je jedna z mnohých komunikačných spôsobilostí, ktorá vznikla v USA približne v polovici 20. storočia. Je zameraná na zvládanie manipulácii zo strany okolia, na znižovanie pocitov viny a menejcennosti..

**Pri riešení problémov môžeme uplatniť niekoľko štýlov ich riešenia:**

1. pasívne správanie,
2. agresívne správanie,
3. manipulatívne správanie,
4. asertívne správanie.

**Základné prvky asertívneho správania:**

- vyjadrenie vlastných pocitov, citov a myšlienok,
- schopnosť požiadať o to, čo potrebujeme,
- nehovoriť áno, keď chceme povedať nie,
- prijať odmietnutie bez urážky,

- umenie vyjadriť pochvalu, kritiku aj odmietnutie,
- kritizujeme názor, neodmietame právo človeka na jeho názor.

#### **Výhody asertívneho riešenia konfliktov:**

- sebaapresadenie,
- vnútorná spokojnosť,
- spolupráca,
- rozvoj priateľstva,
- pocit spolupatričnosti,
- uspokojenie potrieb všetkých zúčastnených,
- ovládanie sa.

#### **Druhy asertivity:**

**1. Základná asertivita** - jednoduché vyjadrenie názoru, postoja, myšlienok. Nezahŕňa špeciálnu schopnosť empatie.

**2. Empatická asertivita** - obsahuje vnímavosť a citlivosť k druhým ľuďom, rešpektujú sa nielen názory, ale aj emócie a city druhých ľudí. Platí „chápem Ťa, ale nesúhlasím“.

**3. Eskalujúca asertivita** - stupňovanie vlastnej asertivity, a to najmä vtedy, keď druhý človek nereaguje, alebo je agresívny.

**4. Konfrontačná asertivita** - neútočíme, ale žiadame doplňujúce informácie na riešenie problému, nehodnotíme.

#### **Asertívne kompetencie:**

- schopnosť požiadať o láskavosť,
- schopnosť uplatniť svoj nárok,
- schopnosť povedať „nie“,
- schopnosť začať, udržiavať a ukončiť konverzáciu,
- schopnosť vysporiadať sa s kritikou,
- schopnosť prijať uznanie,
- schopnosť vyjadriť uznanie,
- schopnosť vyjadriť vlastný pocit, názor, myšlienku.

#### **Asertívne techniky:**

- technika pokazenej gramoplatne,
- technika prijateľného kompromisu,
- technika sebaotvorenia,
- technika otvorených dverí,
- technika prijímania komplimentu,

- technika vyslovenia komplimentu,
- schopnosť vyjadriť vlastný pocit, názor,
- negatívna asercia,
- negatívne opytovanie,
- reakcia spätnou väzbou.

Kľúčové slová: asertívne správanie , asertivita, typy asertivity, fázy asertivity, asertívne techniky

## 12. Hlavné body, témy stretnutia, zhrnutie priebehu stretnutia:

- **Asertivita**

Najskôr sme si pozreli prezentáciu k téme, venovali sme sa najskôr tým, čo asertivitou nazývať nemôžeme: Účastníci stretnutia trénovali v modelových situáciach aplikáciu asertívnych techník v praxi:

### **Gramofónová platňa**

Veľmi jednoduchá a relatívne účinná technika. Spočíva v tom, že sa správame ako gramoplastňa s preskakujúcou ihlou, ktorá bez ohľadu na okolie opakuje stále svoje. Nereagujeme na manipulácie, ktoré nás majú od nášho cieľa odradiť. Nenecháme sa vyprovokovať do diskusie alebo neprimeraných emočných reakcií. Súhlasíme s tým, čo hovorí náš partner, ale vždy opakujeme svoju vlastnú požiadavku.

#### **Príklad:**

*Pracujeme v špičkovej firme, nastúpili sme pred štyrmi mesiacmi, ide o náročnú prácu a sme presvedčení, že tento druh intelektuálnej práce treba adekvátne oceniť.*  
*- Je mi ľúto, ale náš projekt má určitý rozpočet.*  
*- Pozrite sa, sme v špičkovej firme, skúšobná doba skončila, práca je veľmi náročná a zvykne byť ocenená viac.*  
*- Situácia je taká, že sme pozadu, a z tejto pozície vám nemôžem nič sľúbiť.*  
*- Táto práca je náročná a nie je ocenená adekvátne. Pracujeme v prominentnej firme. Ja verím, že budete vedieť vytvoriť určitý kompromis.*

### **Otvorené dvere**



Pôsobí ako rozrazenie odomknutých dverí. Jediné, čo robíme je, že akceptujeme kritiku a súhlasíme.

#### **Príklad:**

-To si sa teda kvalitne sekol.  
 - Áno, uvedomil som ti to.  
 - Takéto situácie nás raz privedú do hrobu.  
 - Je to veľmi nepríjemná situácia.  
 - Dúfam, že sa to už nebude opakovať.  
 - Spravím všetko pre to.

## 13. Závěry a odporúčania:

Asertivita je dobrým pomocníkom pre vytváranie dobrých medziľudských vzťahov hlavne na pracovisku t.j. aj medzi učiteľom, majstrom odborného výcviku a žiakom. Je potrebné túto schopnosť rozvíjať, aby sme mohli vytvárať čo najlepšiu klímu na prácu, vzdelávanie, získavali si dôveru žiakov a vlastným správaním vplývali na prehlbovanie asertívneho správania žiakov.

14. Vypracoval (meno, priezvisko)	Mgr. Barbora Kačková
15. Dátum	28.04.2021
16. Podpis	
17. Schválil (meno, priezvisko)	PhDr. Lamošová Emília
18. Dátum	28.04.2021
19. Podpis	

**Príloha:**

Prezenčná listina zo stretnutia pedagogického klubu