



## Rôzne spôsoby počúvania

Účastníci si vypočujú príbeh z rôznych perspektív: fakty, emócie a hlbší zmysel. Cvičia aktívne a pozorné načúvanie osobe, ktorá hovorí, a tak si rozvíjajú svoje komunikačné schopnosti a schopnosti riešiť konflikty.

<b>Modul</b>	<b>Kapitoly</b>	<b>Velkosť skupiny</b>	<b>Trvanie</b>
• Intervencia	• Riešenie konfliktov	• Malá skupina	• 20 - 30 min

### Kľúčové slová

aktívne počúvanie, fakty, emócie, hlbší zmysel

### Ciele

Precvičiť aktívne počúvanie a porozumieť, čo je dôležité pre komunikačného partnera.

### Účastníci

4-10

### Popis

Účastníci si rozdelia úlohy. Jedna osoba porozpráva príbeh zo svojho života. Je dobré, aby príbeh popisoval nejaké fakty a tiež emócie. Potom je tu jedna skupina poslucháčov, ktorí počúvajú fakty z príbehu. Druhá skupina poslucháčov počúva emócie, ktoré sa objavili v príbehu. Tretia skupina poslucháčov počúva hlbšiu podstatu príbehu - motiváciu hovoriť príbeh, vôľu, jadro. Potom si účastníci vymenia úlohy. Po určitom čase praktizovania môžu účastníci prevziať súčasne dve úlohy (napr. počúvanie faktov a emócií súčasne). Cieľom je precvičiť počúvanie faktov, emócií a hlbšieho zmyslu súčasne. Pomáha zamerať sa na tieto 3 aspekty príbehu, aby sme sa naučili porozumieť tomu, čo ľudia skutočne hovoria a čo je pre nich skutočne dôležité.

### Potrebné materiály

žiadne

### Metodika

počúvanie

### Tipy pre lektora

Odporúča sa, aby si lektor pripravil vlastný príbeh, ak žiadny z účastníkov nebude chcieť ponúknuť svoj. Príbeh by mal obsahovať všetky 3 časti - fakty, emócie a hlbší zmysel.

## Zdroj (APA)

-

## Pracovné listy

-

## Vypracoval

Qualed



CC - Nekomerčné použitie derivátov  
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/>

### *Rôzne spôsoby počúvania. Obnovené*

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Tento projekt bol financovaný s podporou Európskej Komisie. Táto publikácia reprezentuje výlučne názor autorov a Komisia a ani národná agentúra nezodpovedajú za akékoľvek použitie informácií obsiahnutých v tejto publikácii.

<https://posttraumatic-integration.eu/>