

Okno sebepoznání

Typ Hry: diskusní, výklad, individuální práce

Fyzická zátěž: 1

Psychická zátěž: 4

Čas na hru: 2 hod.

Věk: 15+

Charakteristika

Aktivita inspirovaná modelem „JoHari“ okna od psychologů Josepha Lufta a Harringtona Inghama. Účastníci si vzájemně přidělují vlastnosti a získávají tak zpětnou vazbu na své chování a působení v této konkrétní sociální skupině.

Cíl

Cílem aktivity je sebepoznání skrze skupinu, která je účastníkovi blízká. Účastník přiřadí sobě typické vlastnosti a stejně tak přiřadí vlastnosti dalším spolužákům. Svě vlastnosti pak srovnává s vlastnostmi, které mu přisoudili spolužáci, čili dostává zpětnou vazbu.

Pomůcky

Kreslené okno sebepoznání (na tabuli nebo flipchart, popř. vyrobit), popisy jednotlivých okének, malé okno sebepoznání pro každého, seznam vlastností pro každého a teoretické podklady pro lektora - vše dostupné na www.disfrystak.cz/rkdk-prilohy. Obálky, malé papírky, propisky, fixy.

Motivace

Nejprve lektor chvíli povídá o JoHari okně a plynule navazuje teorií okna sebepoznání – o tom, jak se liší jednotlivé oblasti, jaké rozdíly jsou mezi nimi a co to může přinést. Po chvíli se účastníků zeptá, zda by také chtěli vědět, jak na tom jsou a jak je třída vnímá. A pokud souhlasí, mají možnost si to vyzkoušet na vlastní kůži a přímo vidět, jak dopadne.

Podrobně rozpracovaný obsah

Úvodem je teoretické okénko o JoHari oknu sebepoznání za pomoci didaktické pomůcky nebo nákresu na tabuli, flipchartu. Jakmile účastníkům instruktor vysvětlí, co je to Johari okno, proběhne aktivita, na základě které zjistí, jak je vnímá třídní kolektiv.

Každý účastník dostane podložku, propisku, obálku, tři sady vlastností, nůžky, a papírek A6. Obálku si účastníci podepíší. Když jsou všichni takto připraveni, může se začít. Ze seznamu 57 přídavných jmen si vyberou 10, která nejvíce charakterizují jejich osobnost. Ty si napíší na lísteček a vloží ho do podepsané obálky.

V druhé fázi obálky putují po kruhu a každý do nich ze seznamu vloží ostatním spolužákům pro ně typické vlastnosti. Je potřeba všechny účastníky propojit, aby obálky oběhly kolečko. Úkolem je každému do obálky vložit 4, maximálně 6 vlastností, které vyberou ze seznamu. Vše je naprosto anonymní. Jakmile obálky obejdou celé kolo, podívají se účastníci do obálek, vlastnosti si roztřídí a rozepíší je do svého okna sebepoznání. Napíší si do deníku, jakou vlastnost měli v obálce nejčastěji, srovnají, co si dali sami a co mají od ostatních.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Metodické poznámky

Jsou dvě varianty, jak budou účastníci rozmístění během aktivity. První varianta je výše popsána – účastníci jsou v kruhu a posílají obálky, druhá varianta je, že účastníci se rozmístí po klubovně, obálky mají u sebe a roznáší vlastnosti ostatním. První varianta je vhodná pro větší třídy nebo třídy s horší morálkou. Druhá varianta je spíše pro menší třídy nebo třídy, kde k sobě mají spolužáci blíže.

Reflexe

Hned po aktivitě následuje reflexe, zaměřená zejména na tyto otázky:

Jak moc jsi překvapen tím, co v obálce bylo? Jakou vlastnost jsi měl nejvícekrát? Sedí to? Jak moc si myslíš, že sedí, co o tobě ví spolužáci, s tím, co víš o sobě ty sám? Jak moc jsi spokojen s obsahem svého okna? Je něco, co bys ve svém okně chtěl změnit?



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY