

1. lekce – POZNÁVÁNÍ

Část a) Pro našeho malého krotitele

Kdo je to, ten můj tygr, kdo to je? Jak ho poznám?

Tygr je ten, kdo nechce uklízet, kdo rozhazuje hračky, kdo lítá po chodbě a zlobí paní učitelku.

On lítá a dělá skopičiny, ale na mne se pak zlobí mamka, tatka i paní učitelka. Bylo by fajn, kdyby se můj tygr zklidnil a ty skopičiny nevyváděl.

Úkol pro malého krotitele:

Napiš na papír vždy alespoň 5 věcí (činností):

- co můj tygr dělá nejraději,
- co můj tygr nesnáší,
- čím tygr zlobí maminku a tatínka,
- čím tygr zlobí mne,
- co mám na tygrovi rád(a),
- co mají na tygrovi rádi rodiče,
- kdy je tygr spokojený,
- kdy je tygr nejvíc našťvaný.

Část b) Pro asistenta krotitele

Každý asistent krotitele by měl znát tygra, kterého budou krotit. Je to opravdu tak? Znáš, milý asistente, důvěrně tygra malého krotitele? Ověříme si to.

Napiš na papír vždy alespoň 5 věcí (činností):

- a) co tygr dělá nejraději,
- b) co tygr nesnáší,
- c) čím zlobí tygr rodiče,
- d) čím zlobí malého krotitele,
- e) co má malý krotitel rád na tygrovi,
- f) co mají na tygrovi rádi rodiče,
- g) kdy je tygr našeho dítěte spokojený,
- h) kdy je tygr našeho dítěte nejvíc našťvaný.

Část c) Spolupráce malého krotitele s asistentem

Aby se malý krotitel s asistentem dohodli, co s tygrem, musí ho oba znát. Úkolem pro vás oba je porovnat si odpovědi z části a) a b), společně vymyslet 1–3 další věci (činnosti) ke každé otázce a spolu si o všech bodech a) až h) popovídat. Kde se budou lišit odpovědi, zeptat se dítěte na důvody a okolnosti toho, proč tam má své odpovědi, a také mu vysvětlit jako rodič, proč vy tam máte ty své.

2. lekce – KOMUNIKACE

Aby bylo možné se vždy správně domluvit, aby nebyl zmatený ani tygr, ani krotitel, ale ani asistent, je potřebné spolu dobře komunikovat. Co to znamená? Mluvit spolu. Jak? No tak, že si budete rozumět. Já jsem si také dlouho nerozuměl s mamkou a tatškou, ale pak nám ukázali, že existuje něco jako komunikační typy. Nevěděl jsem moc, co to je, ale nakonec jsem to pochopil. Představte si, že máme čtyři způsoby, jak si vzájemně něco říkat a jak se také poslouchat. Většina z nás má v sobě od narození více jednoho z těchto způsobů než jiné. A ty to všechno rozhodují.

Část a) Pro malého krotitele

Požádej rodiče, aby ti pomohli najít tvůj hlavní způsob vyjadřování a poslouchání. Zapamatuj si jej nebo napiš. Také požádej, aby ti rodiče řekli, jaký mají oni svůj hlavní způsob vyjadřování a poslouchání – komunikační typ. I to si zapamatuj a napiš.

Část b) Pro asistenta krotitele

Vážený asistente, tvým prvním úkolem zde je pochopit základ komunikačních typů a napsat si, jaký je tvůj a partnerův hlavní komunikační typ. Proč je to tak důležité? Protože jde o základ komunikace. Když poznáte své komunikační typy, pochopíte, jak sdělovat věci, říkat si o věci, slyšet ostatní.

Kromě možnosti najít si informace na internetu, lze:

- stát se odborníkem na komunikační typy a absolvovat školení komunikačních typů,
- zvládnout následující „rychlokurz“.

Komunikační typy rozdělujeme do čtyř základních kategorií, z nichž každá má svůj jedinečný proces, kterým se vyznačuje a podle kterého daný jedinec často jedná. Pochopením tohoto procesu můžeme zcela změnit atmosféru a komunikaci v rodině.

A jaké to jsou čtyři komunikační typy?

- Komunikační typ POCITOVÝ
- Komunikační typ ROZUMOVÝ
- Komunikační typ OBRAZOVÝ
- Komunikační typ SLUCHOVÝ

Důležité je pochopit, že komunikační typy partnerů i dětí se mohou lišit:

Pocitový komunikační typ

Dítě i dospělý pocitového komunikačního typu se snaží do informací i emocí vcítit. Jedná se o proces, kdy se člověk tohoto typu snaží vstoupit celou bytostí do dané tematiky a tu pocitově obsáhnout. Kladnou stránkou takového přístupu je empatie, na druhé straně často přechází do přecitlivělosti a *přebírání* problémů jiných na svá bedra.

Člověk pocitového komunikačního typu se častěji rozhoduje dle vlastního pocitu či osobní zažité zkušenosti. Rozhodování jim trvá v počáteční fázi