

## 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?

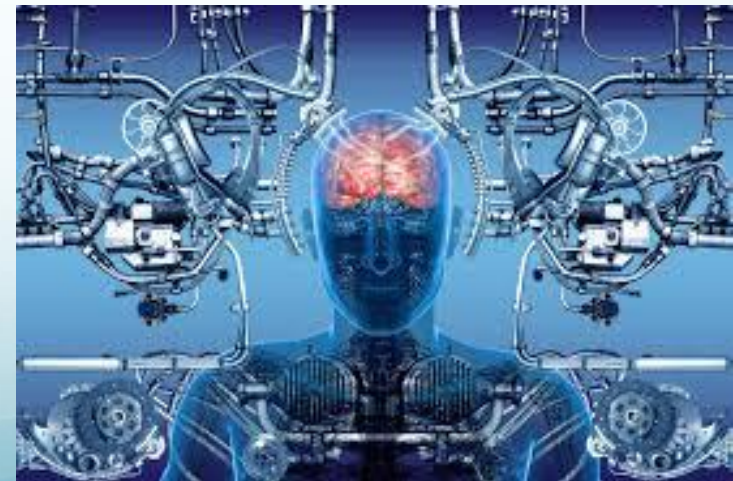
# Kybernetika a předsudky

# 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!



*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