

1. DÍL

STAN

# JÁ: BÝT OSOBOU



1. ročník SŠ

Kdo jsem?

Jaký je můj stan?

Chci postavit stan a potřebuji znát všechny jeho součásti.

Potřebuji poznat sám sebe, abych mohl/a sám/a sebe milovat.

### 3. Tělo jako vyjádření mé osoby

„Má-li celé  
tvé tělo světlo“

(Lk 11,36)



#### Uznat, že tělo mluví jazykem, který odhaluje povolání člověka

**AKTIVITA 1-2:** Uvedeme aktivity, při nichž se trochu zamyslíme nad érou komunikace, ve které se nacházíme. Přístup ke vztahům s ostatními je velmi rychlý a účinný. Můžeme komunikovat neustále se všemi a naráz.

Mladí lidé jsou ve vzájemné komunikaci zvyklí používat emotikony, aby své zprávy zesílili a mohli tak předat své pocity.

Představíme jim sérii emotikonů a požádáme je, aby označili, jaký pocit představuje každý z nich. Mladí je jistě dokáží rychle interpretovat. Pozveme je ke vzájemnému sdílení, proč vlastně tyto „expresivní tvářičky“ používají.



1	Zhnusený
2	Smutný
3	Překvapený
4	Zamilovaný
5	Rozladěný
6	Naštvaný
7	Spící
8	Šťastný

Po sdílení je požádáme, aby vysvětlili každý z pocitů, který emotikony představují. Je jasné, že odpověď již nebude tak lehká. A když je požádáme, aby nám řekli, jak se dnes cítí, je jisté, že nebudou umět nalézt slova.

**AKTIVITA 3:** Na začátku sezení pozveme mladé lidi, aby se každý zvlášť zamyslel nad tím, jak obvykle komunikují s druhými LIDMI, co používají a co tím chtějí vyjádřit. Za pomoci dvou obrázků je vyzveme, aby si uvědomili, že komunikují s mnoha lidmi přes telefon a počítač. Že jsou sice stále spojeni s lidmi, ale že tato komunikace je NEOSOBNÍ. Není to komunikace od ČLOVĚKA K ČLOVĚKU. Nedochozí zde k žádnému kontaktu, jedná se o neverbální vyjadřování, není zde žádný osobní *feedback* (zpětná vazba) atd. Je možné zahájit malou debatu o těchto dvou typech komunikace. Ať mladí předkládají to pozitivní a to negativní pro každý případ. Co ztrácejí a co získávají?



**AKTIVITA 4:** Pro tuto aktivitu vybereme 4 dobrovolníky, aby předvedli malou scénku. Potřebujeme dva chlapce a dvě dívky. Bude lépe, když se budou znát anebo budou kamarádi, tak bude pro ně předvádění snazší. Jedna z dvojic čeká venku, aby neviděla nic z předvádění té druhé a neovlivnilo je to. Od každé z dvojic chceme, aby předvedla setkání přátel, kteří se mají rádi a dlouho se neviděli. Mají se snažit vyjádřit své pocity skrze slova a gesta. Nejdříve předvádí první dvojice a po nich druhá. Zbytek spolužáků si zapisuje rozdíly, které našli mezi setkáním dvojice dívek a dvojice chlapců. Pak se o nich hovoří. Je jasné, že odpoví, že obě setkání jsou velmi odlišná. Dívky budou více poskakovat, budou se brát za ruce a při hovoru budou více vykřikovat. Chlapci budou projevovat své pocity odlišným způsobem, budou se více poplácávat po zádech nebo narážet na sebe dlaněmi či pěstmi, věty budou kratší, jako např. „bomba, kámo“, a znovu si plácnou rukama ve vzduchu.

Touto dynamickou aktivitou, a také následující, kterou navrhujeme, chceme ukázat, že ve vztahu k druhým vstupují do hry naše přání a naše city skrze tělo. Člověk se vyjadřuje skrze tělo a v těle. Tedy že tělo je prostředkem vyjadřování ČLOVĚKA. Konkrétně – existuje rozdíl ve vyjadřování těla mezi kluky a děvčaty, nejen rozdíl v těle (jako takovém), který je vrozený, nýbrž je také rozdíl ve způsobu, jakým se vyjadřuje muž a žena.

**AKTIVITA 5:** V této linii budeme pokračovat a uspořádáme soutěž v pantomimě. Vytvoří se tři skupiny. Každé skupině se rozdají čtyři kartičky, kde budou napsané čtyři činnosti, které mají předvést čtyři spolužáci z každé skupiny. Lze vytvořit více či méně skupin a rozdat více či méně kartiček podle času, který máme k dispozici.

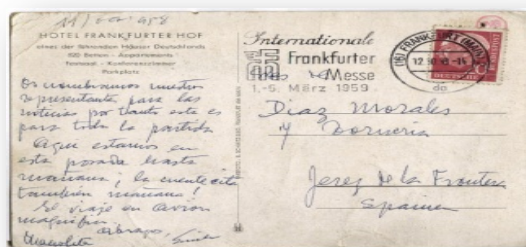
Hra spočívá v tom, že se činnosti předvádí pouze tělem – pantomimou. Není dovoleno mluvit, ani vydávat žádné zvuky, ani kreslit, ani psát. Každá skupina bude předvádět svou pantomimu a ostatní ji musí uhodnout. Ten, komu se to podaří, získá bod. Skupina, která získá nejvíce bodů, vítězí.

Níže přikládáme některé činnosti, které mohou sloužit jako příklad pro tuto hru, je však možné vytvářet varianty s názvy filmů, smyšlenými postavami atd.

- |                          |             |            |
|--------------------------|-------------|------------|
| – VYBRAT SI              | – SKLADOVAT | – STAVĚT   |
| – HODIT KOŠ (v košíkové) | – ODPOVĚDĚT | – ŽDÍMAT   |
| – OBJEVIT                | – OSVĚTLIT  | – ZABALIT  |
| – PĚŠTOVAT               | – ODPOČÍVAT | – POVĚŠIT  |
| – STISKNOUIT             | – SVÁDĚT    | – KEMPOVAT |

Touto dynamickou hrou můžeme prokázat, že tělo má univerzální jazyk, kterému všichni rozumíme, nicméně zároveň se každý vyjadřuje jinou FORMOU, protože člověka vyjadřuje tělo.

**AKTIVITA 6:** Navrhne mladým lidem, aby si představili cestu mimo domov na nějaký čas, něco jako výměnný pobyt v zahraničí. Pedagog jim bude vyprávět, jak komunikovali jejich rodiče, když odjeli mimo domov. Komunikace s rodinou probíhala přes dopisy a byla velmi pomalá, protože trvalo i více než týden, než dopis došel. Často se dopisy mýjely. Tento komunikační prostředek dovoloval vyjadřovat činy a pocity promyšlenou formou, člověku se ale hodně stýskalo.



Vyzveme mladé lidi k tomu, aby se zamýšleli nad výhodami pokroku v komunikaci.

V současné době je, díky sdělovací technice, kontakt osobnější. Komunikace je rychlá a bezprostřední a obraz člověka nám pomáhá cítit se mu blíž. V dopisech chybí neverbální komunikace, tělesné vyjadřování člověka, jež je pro komunikaci nutné. V tomto případě by jen chyběl takový kontakt, který by byl nutný pro důvěrnější a familiárnější komunikaci.

**AKTIVITA 7:** Materiál zakončíme rozšiřující aktivitou, která je důležitá, ale méně samozřejmá pro mladé lidi, protože pro ně není tak běžné přemýšlet o duchu. Skrze umění, malbu v Sixtinské kapli ve Vatikánu a několik slov papeže Benedikta XVI., pozveme mladé lidi, aby si uvědomili, že člověk není úplný pouze s tělem. V těle sídlí duše, která dává světlo a tajemství člověku. Tělo mluví také jazykem pravé lásky, který máme objevit a vyložit. Toto je výzva programu pro mladé lidi: objevit ve své tělesné i duchovní osobě tuto touhu po pravé lásce, a proto je zveme, aby poznali části stanu, aby si vybrali, kde ho postaví a s kým.

## ČASOVÉ ROZMEZÍ A MATERIÁLY

Tento materiál je zamýšlen pro žáky 1. ročníku SŠ

AKTIVITA	ČAS (minuty)	MATERIÁL
Aktivita 1: Osobní reflexe	5	materiál s emotikony
Aktivita 2: Osobní reflexe – sdílení	5	materiál
Aktivita 3: Osobní reflexe	5	materiál
Aktivita 4: Pokus ve skupině	15	4 dobrovolníci + materiál
Aktivita 5: Pantomimická soutěž	20	12 kartiček s činnostmi + tabule na poznámky
Aktivita 6: Osobní reflexe	5	materiál
Aktivita 7: Osobní reflexe – sdílení	10	obrázek Sixtinské kaple + materiál s textem + text Benedikta XVI. z materiálu
Závěr	10	rámeček z materiálu