

# Obsah

<b>Poděkování</b> . . . . .	9
<b>Předmluva Riane Eisler</b> . . . . .	11
<b>Autorova předmluva</b> . . . . .	15
Moje zkušenosti ze škol ve Spojených státech . . . . .	15
Nabídka nenásilné komunikace ve školách po celém světě . . . . .	17
<b>1 Na cestě k nenásilné komunikaci ve škole</b> . . . . .	21
Úvod . . . . .	21
Organizace na principu nenásilné komunikace . . . . .	21
Nenasilná komunikace ve škole . . . . .	23
Změna systému . . . . .	24
NEZÁVISLÁ KOMUNIKACE VE VZDĚLÁVÁNÍ: <i>Sdílení hřiště</i> . . . . .	25
<b>2 Vyjadřování myšlenky nenásilné komunikace</b> . . . . .	29
Příprava studentů . . . . .	29
Vliv moralistických soudů na učení . . . . .	30
Hodnocení výkonu pomocí hodnotových soudů . . . . .	32
Složky nenásilné komunikace . . . . .	33
Jasně pozorování bez příměsi hodnocení . . . . .	33
CVIČENÍ 1: <i>Pozorování, nebo hodnocení?</i> . . . . .	36
Rozpoznávání a vyjadřování pocitů . . . . .	38
CVIČENÍ 2: <i>Vyjadřování pocitů</i> . . . . .	42
Rizika nevyjádřených pocitů . . . . .	44
Propojení našich pocitů s našimi potřebami . . . . .	45
Co potřebuješ? . . . . .	48

CVIČENÍ 3: <i>Uznávání potřeb</i> . . . . .	48
Jak žádat o to, co by váš život učinilo krásnějším . . . . .	50
Rozdíl mezi prosbami a rozkazy . . . . .	53
CVIČENÍ 4: <i>Formulování proseb</i> . . . . .	54
Cílem je proces . . . . .	56
Lidé mohou slyšet rozkazy bez ohledu na to, co říkáme . . . . .	57
NEZÁVISLÁ KOMUNIKACE VE VZDĚLÁVÁNÍ: <i>Zábava pro všechny</i> . . . . .	59
<b>3 Jak empaticky naslouchat sdělením</b> . . . . .	63
Empatie . . . . .	63
Jak verbálně reflektovat, co slyšíme . . . . .	64
Naslouchání prosbám . . . . .	66
Empatické propojení . . . . .	67
Empatické navázání kontaktu s druhými, když se neumějí anebo nechtějí vyjádřit . . . . .	71
CVIČENÍ 5: . . . . .	
<i>Rozlišování mezi empatickým a neempatickým přijímáním</i> . . . . .	74
<b>4 Vytváření partnerských vztahů mezi učiteli a studenty</b> . . . . .	77
Partnerství při stanovování cílů a hodnocení . . . . .	77
Cíle obohacující život . . . . .	77
Studenti mají vždy možnost volby . . . . .	79
Obavy učitelů ze zapojení žáků do stanovování cílů . . . . .	81
Příklady společného stanovování cílů . . . . .	82
Slyšte potřebu skrytou za „ne“ . . . . .	83
CVIČENÍ 6: <i>Slyšte potřebu skrytou za „ne“</i> . . . . .	86
Nejdůležitější část učení . . . . .	89
Obavy studentů ze zapojení do stanovování cílů . . . . .	90
Hodnocení v partnerství . . . . .	91
Zodpovědnost „ano“, známky „ne“ . . . . .	95
NEZÁVISLÁ KOMUNIKACE VE VZDĚLÁVÁNÍ: . . . . .	
<i>Test: Středoškolská učitelka vypráví svůj příběh</i> . . . . .	98

<b>5</b>	<b>Utváření vzájemně propojené vzdělávací komunity</b> . . . . .	103
	Sekulární etika . . . . .	103
	Rozvíjení propojené studijní komunity . . . . .	104
	Učitel jako zástupce cestovní kanceláře . . . . .	105
	Materiály, s jejichž pomocí se studenti mohou učit samostatně . . . . .	107
	Zapojení studentů a rodičů do přípravy materiálů . . . . .	108
	Dobrovolnické doučovací služby . . . . .	109
	Místní komunita jako možné místo pro výuku . . . . .	109
	Zástupce cestovní kanceláře v akci . . . . .	110
<b>6</b>	<b>Transformace škol</b> . . . . .	113
	Problémy na dosah . . . . .	113
	Organizace založené na dominanci . . . . .	113
	Řešení konfliktů . . . . .	115
	Mediace . . . . .	122
	NEZÁVISLÁ KOMUNIKACE VE VZDĚLÁVÁNÍ: „Seš mrtvá“ . . . . .	124
	Vyhnout se moralizujícím soudům a diagnózám . . . . .	128
	Ochranné používání síly . . . . .	131
	<i>CVIČENÍ 7: Ochranné versus trestající použití síly</i> . . . . .	133
	Vytváření podpůrných týmů . . . . .	135
	Proměna našich škol . . . . .	139
	<b>Literatura</b> . . . . .	141
	Čtyři kroky procesu nenásilné komunikace . . . . .	150
	Některé základní lidské pocity, které máme všichni . . . . .	151
	Některé základní lidské potřeby, které máme všichni . . . . .	151