

Příběhy pod lupou

INSPIRATIVNÍ

AKTIVITY



Sborník INSPIRATIVNÍ AKTIVITY vznikl v rámci projektu ***Příběhy pod lupou: Klíč k otevřené a tolerantní společnosti – skrz kritické myšlení a empatii.***

Číslo Projektu: 2024-3-CZ01-KA210-YOU-000280689



Financováno Evropskou unií. Vyjádřené názory a stanoviska představují názory a stanoviska autorů a nemusí nutně odrážet názory a stanoviska Evropské unie nebo Domu zahraniční spolupráce. Evropská unie ani poskytovatel grantu za ně nenesou odpovědnost.



Toto dílo **Příběhy pod lupou, INSPIRATIVNÍ AKTIVITY** je licencované pod licencí **Creative Commons BY-NC-ND 4.0**. Licenční podmínky najdete na adrese <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>.

Autoři

Za koordinátora:

Ing. Gabriela Vlčková, GLAFKA s.r.o. (Česká republika)

Jitka Slámová, GLAFKA s.r.o. (Česká republika)

Za partnery:

Mgr. Zuzana Dzvoníková, Eduma, n.o. (Slovensko)

Naoise Ó Duinn, National Leprechaun Museum (Irsko)

Červen, 2025



Příběhy pod lupou

INSPIRATIVNÍ AKTIVITY

Tento metodický zásobník slouží jako praktický průvodce určený především pro pedagogy, pracovníky s mládeží, knihovníky a lektory neformálního vzdělávání. Představuje ucelený soubor inovativních a prožitkových technik, které využívají sílu příběhů k rozvoji empatie, kritického myšlení a budování zdravého, respektujícího prostředí v různorodém kolektivu.

Uvnitř najdete krok za krokem zpracované aktivity – od práce s emocemi a neverbální komunikací, přes bourání stereotypů a předsudků, až po moderní mediální výchovu zaměřenou na rozpoznávání dezinformací, clickbaitů a manipulací. Dozvíte se zde, jak bezpečně otevírat citlivá témata týkající se odlišnosti či šikany, jak pomoci mládeži vžít se do kůže druhých, a osvojíte si pravidla pro vytváření bezpečného prostoru včetně technik krizové intervence. Cílem materiálu je poskytnout vám do rukou hotové a vyzkoušené nástroje, díky kterým naučíte mladé lidi lépe naslouchat, kriticky vyhodnocovat informace a aktivně přispívat k bezpečnější společnosti.



Obsah

1. AKTIVITY	4
1.1. Emoční příběh v hatmatilce (20 minut)	4
1.2. Mapa odlišností (10 minut)	5
1.3. Mosi (15 minut)	6
1.4. Ošklivé káčátko jinak (10 minut)	7
1.5. V kůži postavy (Mosi nebo Ošklivé káčátko) (10 minut)	8
1.6. Sochy pocitů (10 minut)	9
1.7. Nit pomoci (10 minut)	10
1.8. Souhlasím, nebo nesouhlasím (5 minut)	11
1.9. Fakt, názor nebo manipulace? (15 minut)	11
1.10. Detektivové (15 minut)	13
1.11. Postav se k emoci (20 minut)	16
1.12. Emoční past (15 minut)	17
1.13. Dezinformační dílna (30 minut)	19
1.14. Od předsudků k vnímání (45 minut)	20
2. Pracovní listy	24
2.1. V kůži postavy (Mosi nebo Ošklivé káčátko)	24
2.2. Fakt, názor nebo manipulace	25
2.3. Detektivové	28
2.4. Emoční past	30
2.5. Dezinformační dílna	32



1. AKTIVITY

1.1. Emoční příběh v hatmatilce (20 minut)

Cíl	Ukázat sílu neverbálních a prozodických prostředků při zprostředkování příběhu. Účastníci si uvědomí, že emoce a děj lze zachytit i bez srozumitelných slov – prostřednictvím prozodických prvků řeči, neverbální komunikace, expresivních výrazových a uměleckých prostředků.
Pomůcky	Nejsou potřeba.

Postup:

1. Lektor oznámí účastníkům, že jim bude vyprávět krátký příběh v neznámém jazyce. Požádá je, aby se nesoustředili na slova, ale na to, co z příběhu dokážou vycítit a zachytit.
2. Následuje vyprávění příběhu v „hatmatilce“ – vymyšleném nesrozumitelném jazyce. Lektor při vyprávění používá umělecké a dramatické prostředky: modulaci hlasu (křik, šepot), změnu tempa, rytmus, pauzy, zvýrazňování, mimiku, gesta a pohyb těla, aby zprostředkoval emoce a atmosféru děje.
3. Po skončení příběhu zůstanou účastníci přibližně tři minuty v tichu. Do poznámek si zapíší své pocity, dojmy, emoce a to, co si myslí, že se v příběhu odehrálo.
4. Následuje společná reflexe. Lektor může využít otázky:
 - *Jaké emoce jste cítili při poslechu?*
 - *Jaké pocity, dojmy a vjemy ve vás příběh vyvolal?*
 - *Jaké pocity a prožívání postav jste zachytili?*
 - *Co se podle vás v příběhu událo?*



- *Jak jste pochopili, co se událo, co vám nejvíce pomohlo rozpoznat děj a emoce?*
- *Co bylo pro vás nejsilnější a co nejtěžší?*

5. Reflexe a uzavření

Lektor zdůrazní, že samotná slova nejsou vždy nejdůležitější součástí příběhu. Způsob vyprávění často rozhoduje o tom, jak intenzivně dokážeme příběh prožít. Aktivitu lze propojit s diskusí o komunikaci v multikulturním prostředí nebo při práci s dětmi, které ještě neovládají jazyk.

1.2. Mapa odlišností (10 minut)

Cíl	Pomoci účastníkům uvědomit si rozmanité podoby odlišnosti, zamyslet se nad tím, jak vznikají stereotypy, a připravit je na práci s příběhy o přijetí a vyloučení.
Pomůcky	Flipchart, fixy.

Postup:

1. Lektor napíše do středu flipchartu slovo **JINÝ / ODLIŠNÝ**.
2. Účastníci říkají situace, ve kterých je podle nich člověk vnímán jako odlišný. Odpovědi se zapisují kolem centrálního pojmu a vytvářejí mapu odlišností.
3. Lektor může doplnit vlastní příklady nebo osobní zkušenosti (např. příslušnost k menšině, leváctví, zdravotní znevýhodnění apod.).
4. Společně diskutují o tom, kdy je odlišnost vnímána pozitivně jako jedinečnost a kdy se stává důvodem odmítání nebo znevýhodňování.



5. Reflexe

Aktivita se uzavírá přemostěním k následujícím příběhům, ve kterých budou účastníci sledovat, jak se cítí člověk, který je ostatními vnímán jako „jiný“.

1.3. Mosi (15 minut)

Cíl	Rozvíjet empatii vůči člověku, který zažívá sociální vyloučení, a uvědomit si různé perspektivy účastníků konfliktní situace.
Pomůcky	Krátký příběh o novém chlapci Mosim, papírky s rolemi. <i>Do třídy přišel nový chlapec jménem Mosi, který se teprve nedávno přistěhoval z jiné země a ještě neuměl dobře česky. Když si sedl do lavice, spolužáci se na něj potají dívali a šuškali si, ale nikdo ho neoslovil. O přestávce stál u okna úplně sám a předstíral, že ho zajímá dvůr, aby nebylo vidět, že neví, kam jít. Když se pokusil usmát na skupinku chlapců, rychle se od něj odvrátili a pokračovali v rozhovoru bez něj. Mosi si tehdy poprvé pomyslel, že být neviditelný by možná bolelo méně než být sám mezi tolika lidmi.</i>

Postup:

1. Lektor přečte příběh o novém chlapci, který přichází do třídy z jiné země.
2. Následuje společná diskuse:
 - *V čem byl Mosi odlišný?*
 - *Jak se k němu chovali spolužáci?*
 - *Jak se asi cítil?*
3. Účastníci se rozdělí do čtyř skupin. Každá skupina dostane jednu roli:
 - *nový chlapec,*



- vůdce skupiny ve třídě,
- tichý pozorovatel,
- ten, kdo se bojí ozvat.

4. Lektor přečte modelovou situaci ze třídy: „*Mosi už týden chodí do své nové školy. Někteří spolužáci o přestávkách obstoupí jeho lavici, štouchají mu do věcí a mají na něj posměšné poznámky (co jsi snědl tolik rýže...).*“ Každá skupina reaguje z pohledu své postavy krátkým výrokem a pojmenuje emoce, které podle nich postava v jejích roli prožívá.

5. Reflexe

Účastníci porovnají jednotlivé perspektivy a diskutují o tom, jak různí aktéři téže situace prožívají odlišné emoce a co by mohlo situaci změnit.

1.4. Ošklivé káčátko jinak (10 minut)

Cíl	Propojit známý pohádkový příběh s tématem přijetí a odmítání, rozvíjet empatii a schopnost hledat podobnosti mezi různými životními příběhy.
Pomůcky	Zkrácený příběh o Ošklivém káčátku. <i>Na selském dvoře se vylíhlo šedé káčátko, které bylo jiné než ostatní, a maminka kachna si zoufala, jak je ošklivé. Sourozenci si s ním nechtěli hrát, odháněli ho od jídla a všichni na dvoře se mu posmívali, takže se cítilo velmi osamělé a nemilované. Když už smutek nedokázalo snést, uteklo ze dvora, ale ani jinde ho nepřijali, a tak se skrývalo samo, přesvědčené, že nikam nepatří. Po dlouhé zimě se jednou sklonilo nad vodu a uvidělo, že z něj vyrostla krásná labuť, podobná těm, které obdivovalo na obloze. Když ho ostatní</i>



	<i>labutě přijaly mezi sebe, poprvé pocítilo, jaké to je někam patřit a nebýt samo.</i>
--	---

Postup:

1. Lektor uvede aktivitu slovy: „Pravděpodobně všichni znáte pohádku o Ošklivém káčátku. Dnes si poslechneme její krátkou verzi. Zkuste při poslechu vnímat nejen děj, ale i pocity hlavní postavy a hledat podobnosti s příběhem Mosiho.“
2. Lektor přečte zkrácenou verzi příběhu.
3. Po přečtení následuje společná diskuse. Lektor může využít otázky:
 - *Jaké podobnosti jste našli mezi příběhem Mosiho a Ošklivého káčátka?*
 - *V čem byli hlavní hrdinové odlišní?*
 - *Proč je ostatní nepřijali mezi sebe?*
 - *Jak se asi cítili?*
 - *Co by jim podle vás nejvíce pomohlo?*

4. Reflexe a uzavření

Lektor poukáže na to, že lidé bývají často odmítáni ne proto, kým opravdu jsou, ale proto, že se odlišují od většiny. Odlišnost sama o sobě není důvodem k odmítání.

1.5. V kůži postavy (Mosi nebo Ošklivé káčátko) (10 minut)

Cíl	Rozvíjet empatii, schopnost vcítit se do prožívání druhého člověka a pojmenovat jeho potřeby a pocity.
Pomůcky	Pracovní list „V kůži postavy (Mosi nebo Ošklivé káčátko)“, propisky, pastelky.

**Postup:**

1. Každý účastník dostane pracovní list.
2. Vybere si jednu z postav (Mosi nebo Ošklivé káčátko) a vyplní pracovní list z jejího pohledu.
3. Po vyplnění mohou dobrovolníci představit své odpovědi ostatním.

4. Reflexe a uzavření

Lektor vede krátkou diskusi o tom, že lidé mohou navenek působit odlišně, ale jejich potřeby – být přijat, pochopen a mít přátele – jsou velmi podobné.

1.6. Sochy pocitů (10 minut)

Cíl	Rozpoznávat a neverbálně vyjadřovat emoce, rozvíjet empatii a schopnost porozumět prožívání ostatních.
Pomůcky	Nejsou potřeba.

Postup:

1. Účastníci se postaví do volného prostoru.
2. Lektor postupně jmenuje základní emoce (strach, hněv, smutek, radost). Účastníci je vyjadřují pouze postojem těla, gesty a mimikou – vytvoří „sochu pocitu“.
3. Následně lektor popisuje situace a účastníci vytvoří živý obraz toho, jak se podle nich postava cítí:
 - malé Ošklivé káčátko mezi ostatními obyvateli dvora,
 - Mosi obklopený posmívajícími se spolužáky,
 - dospělá labuť mezi ostatními labutěmi,



- Mosi mezi novými spolužáky, kteří ho přijali.

4. Po každé situaci účastníci pojmenují emoci, kterou podle nich postava prožívá.

5. Reflexe a uzavření

Lektor vede krátkou diskusi o tom, že pocity často dokážeme rozpoznat i bez slov.

Upozorní, že každý člověk může stejnou situaci prožívat trochu jinak.

1.7. Nit pomoci (10 minut)

Cíl	Posílit vzájemnou podporu, rozvíjet schopnost povzbuzovat druhé a uvědomit si význam přijetí a laskavých slov.
Pomůcky	Klubíčko vlny

Postup:

1. Účastníci stojí v kruhu.
2. Lektor drží klubíčko vlny, řekne větu, která by mohla povzbudit Mosiho nebo Ošklivé káčátko, podrží konec nitě a hodí klubíčko dalšímu účastníkovi.
3. Každý postupně řekne jednu povzbudivou větu nebo vzkaz, který by mohl pomoci člověku v náročné situaci, a klubíčko hodí dál.
4. Postupně vznikne síť z vlny, která symbolizuje vzájemnou podporu a propojenost skupiny.

5. Reflexe a uzavření

Lektor upozorní, že každý člověk je něčím jedinečný. Odlišnost není slabost ani chyba, ale přirozená součást lidské rozmanitosti. Stejně jako vzniklá síť, i mezilidská podpora vytváří pocit bezpečí a sounáležitosti.



1.8. Souhlasím, nebo nesouhlasím (5 minut)

Cíl	Uvědomit si rozdíl mezi faktem a názorem a připravit účastníky na téma kritického hodnocení informací.
Pomůcky	Tři papíry s nápisy SOUHLASÍM, NESOUHLASÍM, NEVÍM.

Postup:

1. Lektor rozloží do prostoru tři papíry označující jednotlivá stanoviska.

2. Přečte tvrzení:

„Domácí úkoly by měly být úplně zakázány, protože děti jen zbytečně stresují.“

3. Účastníci se postaví ke stanovisku, které nejvíce odpovídá jejich názoru.

4. Následuje krátká diskuse. Lektor může využít otázky:

- *Proč ses postavil/a právě sem?*
- *Je toto tvrzení fakt, nebo názor?*
- *Co bychom potřebovali vědět, abychom mohli říct, že jde o ověřený fakt?*

5. Reflexe a uzavření

Lektor vysvětlí, že v běžné komunikaci se často setkáváme s tím, že názory jsou prezentovány jako fakta. A často máme tendenci považovat názory, se kterými souhlasíme, za fakta. Úkolem kritického myšlení je naučit se je rozlišovat.

1.9. Fakt, názor nebo manipulace? (15 minut)

Cíl	Rozvíjet schopnost rozlišovat mezi fakty, názory a manipulativními tvrzeními v mediálních textech.
Pomůcky	• Vytisknutý text pro každou skupinu,



	• kartičky s nápisy FAKTA, NÁZOR, MANIPULACE, • nastříhané výroky z textu.
--	---

Postup:

1. Lektor uvede modelovou situaci:

Na jedné škole zavedli zákaz používání mobilních telefonů o přestávkách.

2. Přečte připravený text:

*Na škole **zavedli zákaz mobilů o přestávkách**. Podle ředitele se tím **okamžitě zlepšila atmosféra** a žáci se prý **konečně začali spolu bavit jako normální lidé**. Někteří učitelé tvrdí, že **počet konfliktů klesl o polovinu**, ačkoliv škola o tom nevydala žádná data. Deváťák Tomáš říká, že **zákaz je nespravedlivý**, protože mobil používal jen na hudbu a nikdy nedělal problémy. **Většina žáků** se podle něj cítí naštvaná a škola prý ignoruje jejich názory. Ředitel však řekl, že děti si vždy myslí, že vědí všechno nejlépe, ale rozhodovat musí dospělí.*

3. Účastníci pracují ve skupinách. Každá skupina dostane text, kartičky **FAKTA/NÁZOR/MANIPULACE** a jednotlivé výroky vystřižené z textu.

4. Úkolem skupin je zařadit jednotlivé výroky do tří kategorií:

- fakta,
- názor,
- manipulace.

5. Po ukončení práce skupiny představí svá řešení.

6. Lektor vede společnou diskusi pomocí otázek:

- *Která tvrzení lze ověřit?*
- *Která vyjadřují osobní názor nebo pocit?*
- *Kde se objevuje zveličování nebo manipulace?*



- *Jaké informace bychom ještě potřebovali, abychom mohli tvrzením věřit?*
 - ~ **fakta:** škola zavedla zákaz mobilů
 - ~ **názor:** „nespravedlivý“, „konečně normální lidé“
 - ~ **manipulace:** „okamžitě se zlepšila atmosféra“, „většina žáků“ bez důkazů, konkrétní data, průzkum

7. Reflexe a uzavření

Lektor zdůrazní, že manipulativní výroky často obsahují neověřitelná tvrzení, zobecnění nebo silná hodnotící slova. Kritické myšlení znamená ptát se, odkud informace pochází a zda ji lze ověřit.

1.10. Detektivové (15 minut)

Cíl	Procvičit rozlišování mezi fakty, názory a manipulativními tvrzeními a uvědomit si, jakými způsoby média a reklama ovlivňují naše rozhodování.
Pomůcky	• pracovní list s výroky pro každou skupinu, • pomůcka „Jak poznám fakta“

Postup:

1. Lektor vysvětlí principy rozlišování faktů, názorů a manipulací a rozdá účastníkům pomůcku *Jak poznám fakt*.
2. Následně rozdá účastníkům pracovní list.
3. Účastníci pracují v malých skupinách. U každého výroku v pracovním listě určí, zda jde o:
 - fakta,
 - názor,



- manipulace.

4. Svá rozhodnutí stručně zdůvodní.

5. Po vyhodnocení následuje diskuse. Lektor může využít otázky:

- *Podle čeho jste se rozhodovali?*
- *Co bylo nejtěžší rozlišit?*
- *Které výroky ve vás vyvolávaly silné emoce?*
- *Kde se s podobnými tvrzeními setkáváte na internetu nebo sociálních sítích?*

6. Reflexe a uzavření

Lektor upozorní, že manipulace často využívá silné emoce, zveličování nebo sociální tlak. Schopnost rozpoznat tyto techniky je důležitou součástí mediální gramotnosti.

Pomůcka pro lektora – správné odpovědi

- ~ ***Káčátko uteklo ze dvora.*** – **Fakt** (dá se ověřit v příběhu)
- ~ ***Ošklivé káčátko nakonec našlo přátele.*** – **Fakt** (jde o dějovou událost v příběhu)
- ~ ***Výzkum ukázal, že spánek zlepšuje paměť.*** – **Fakt** (pokud výzkum existuje, jde o ověřitelné tvrzení)
- ~ ***Tento film je nejlepší na světě.*** – **Názor** (hodnocení, nedá se objektivně dokázat)
- ~ ***Všichni teenageři jsou závislí na mobilech.*** – **Manipulace** (zobecnění – „všichni“)
- ~ ***Tento nápoj ti zaručeně dodá energii.*** – **Manipulace** (reklamní přehánění, „zaručeně“)
- ~ ***Na naší škole je 420 žáků.*** – **Fakt** (pokud je číslo pravdivé, dá se ověřit)
- ~ ***Ten nový žák je divný.*** – **Názor** (subjektivní hodnocení)
- ~ ***Všichni spolužáci ho nemají rádi.*** – **Manipulace** (zobecnění bez důkazu)
- ~ ***Jen dnes – 90% sleva! Pokud nenakoupíš, ztratíš šanci.*** – **Manipulace** (tlak na rychlé rozhodnutí, vytváření naléhavosti)



- ~ ***Všichni influenceři používají tuto značku, ty ne? – Manipulace*** (sociální tlak + zobecnění)
- ~ ***Staň se úspěšným a bohatým za 7 dní s naším online kurzem! – Manipulace*** (nereálný slib, zveličování)
- ~ ***Jen skutečně inteligentní lidé pochopí tento příspěvek. – Manipulace*** (lichocení + vytváření tlaku)
- ~ ***Zmeškal jsi to – už nikdy nebudeš mít takovou šanci! – Manipulace*** (vytváření pocitu ztráty a naléhavosti)
- ~ ***Všichni normální lidé už přešli na tento životní styl. – Manipulace*** (zobecnění + sociální tlak)
- ~ ***Tohle ti ve škole nikdy neřeknou, protože nechtějí, abys to věděl. – Manipulace*** (vytváření konspiračního rámce)
- ~ ***Pokud si toto neuložíš, určitě na to zítra doplatíš. – Manipulace*** (strach + naléhavost)
- ~ ***Podívej se na mě – za 3 měsíce jsem si splnil sen. Stačí dělat přesně to, co říkám. – Manipulace*** (zjednodušování úspěchu + falešná univerzálnost)
- ~ ***Pokud nemáš takové tělo do léta, neděleš pro sebe dost. – Manipulace*** (tlak na výkon + vyvolávání studu)
- ~ ***Tento trik funguje na 100 %, garantuji ti to. – Manipulace*** (absolutní tvrzení bez důkazu)
- ~ ***Sdílej to s někým, kdo to nutně potřebuje – jinak jsi špatný kamarád. – Manipulace*** (emocionální nátlak)
- ~ ***Jen ti, co jsou na vyšší úrovni myšlení, pochopí, co tu říkám. – Manipulace*** (manipulace přes pocit výjimečnosti)



1.11. Postav se k emoci (20 minut)

Cíl	Uvědomit si, že manipulativní tvrzení působí především na emoce, a rozvíjet schopnost oddělit emocionální reakci od kritického hodnocení informací.
Pomůcky	Papíry s nápisy: • STRACH, • HNĚV, • STUD / SMUTEK, • TLAK / POCIT, ŽE MUSÍM, • NEVÍM / NIC.

Postup:

1. Lektor rozmístí do rohů v místnosti jednotlivé názvy emocí: STRACH, HNĚV, STUD / SMUTEK, TLAK / POCIT, ŽE MUSÍM. Doprostřed místnosti dá papír: NEVÍM / NIC.
2. Postupně čte připravené výroky neutrálním hlasem:
 - „Pokud toto video nepochopíš, asi nemáš dost vysoké IQ.“
 - „Tohle ti ve škole nikdy neřeknou, protože nechtějí, abys to věděl.“
 - „Pokud si toto neuložíš, určitě na to zítra doplatíš.“
 - „Pokud nemáš takové tělo do léta, neděláš pro sebe dost.“
 - „Sdílej to s někým, kdo to nutně potřebuje – jinak jsi špatný kamarád.“
 - „Jen ti, co jsou na vyšší úrovni myšlení, pochopí, co tu říkám.“
3. Po každém výroku se účastníci přesunou k emoci, kterou v nich výrok vyvolává.
4. Dobrovolníci vysvětlí, proč si zvolili právě danou emoci.
5. Aktivita pokračuje dalšími výroky.
6. Po ukončení následuje společná diskuse. Lektor může využít otázky:



- *Opakovaly se některé emoce?*
- *Byly tyto výroky založené na faktech, nebo spíše na vyvolávání emocí?*
- *Proč autoři reklam, příspěvků nebo influenceři používají právě takové formulace?*

7. Reflexe a uzavření

Lektor zdůrazní, že manipulace nejčastěji neútočí na rozum, ale na naše emoce. Předtím, než nějaké informaci uvěříme nebo ji budeme sdílet, je vhodné se zastavit, přemýšlet a ověřit si její pravdivost.

8. Silný závěr aktivity: Všichni se postaví doprostřed. Lektor řekne:

„Nyní, když víme, že tyto výroky v nás vyvolávají emoce – co bychom měli udělat dříve, než jim uvěříme?“

(Očekávané odpovědi: zastavit se, přemýšlet, ověřit, nenechat se zastrašit. Lektor zde může připomenout pomůcku Jak poznám fakt.)

1.12. Emoční past (15 minut)

Cíl	Jedná se o obdobu aktivity Postav se k emoci, její snahou je vybudovat si obranný reflex (stop blok) vůči manipulaci v situacích, kdy titulek na internetu záměrně vyvolá silnou emoční odezvu.
Pomůcky	4 čisté papíry formátu A4, silná fixa, lepicí páska. Předem připravený seznam reálných titulků (mix seriózních zpráv, bulváru a agresivních clickbaitů).



Postup:

1. Lektor rozvěsí do čtyř rohů místnosti papíry s nápisy: STRACH, HNĚV, ZVĚDAVOST, KLID. Všichni účastníci se postaví doprostřed místnosti.
2. Lektor postupně nahlas čte připravené titulky. Úkolem účastníků je po přečtení každého titulku se bez dlouhého přemýšlení fyzicky rozběhnout do toho rohu, který nejlépe vystihuje jejich okamžitou emoční reakci.

Příklady titulků (inspirace pro lektora):

Titulky útočící na **STRACH**:

„Vědci varují: nový kmen viru se šíří vzduchem a běžné vakcíny na něj nezabírají.“
„Pokud máte doma tento typ rychlovarné konvice, okamžitě ji vyhodte, hrozí výbuch.“

Titulky útočící na **HNĚV**:

„Evropská unie zvažuje zákaz domácího grilování na dřevěném uhlí kvůli novým emisním limitům.“
„Politici si potají schválili zvýšení náhrad na dopravu, zatímco běžným lidem rostou účty za energie.“

Titulky útočící na **ZVĚDAVOST (Clickbaity)**:

„Tento levný trik z kuchyně vám ušetří tisíce za topení, instalatéři ho nenávidí.“
„Mladík našel na vrakovišti starou autobaterii, když zjistil, co je uvnitř, změnil se mu život.“

Titulky neutrální (**KLID**):

„Meteorologové hlásí: víkend přinese polojasné počasí s teplotami kolem 18 stupňů.“
„Dopravní podnik od příštího pondělí zahájí plánovanou opravu hlavní tramvajové trati.“



3. Otázky lektora: Když se například hlouček zastaví v rohu HNĚV, lektor se ptá:

- *Kdo tento titulek napsal?*
- *Proč chtěl, abyste se cítili přesně takto naštvaně?*
- *Co tím získá (lajky, peníze, pozornost)??*

4. Reflexe a uzavření

Lektor vysvětlí, že dezinformace i clickbaity útočí na naši první signální soustavu. Pokud zpráva vyvolá okamžitý hněv nebo strach, je to cílená manipulace a důrazné varování, abychom zprávu nesdíleli dál, dokud emoce neopadnou.

1.13. Dezinformační dílna (30 minut)

Cíl	Pochopit zevnitř, jak fungují emočně-manipulativní techniky tvůrců dezinformací.
Pomůcky	Papíry A4, propisky. Předem vytištěné a nastříhané karty emocí (STRACH, HNĚV, ŠOK, ZÁVIST). Text naprosto banální a pravdivé zprávy.

Postup

1. Lektor rozdělí skupinu na týmy. Místo toho, aby vysvětloval, jak fake news vypadají, zadá úkol jednu takovou zprávu přímo stvořit. Každý tým dostane totožný text běžného oznámení,

(např.: Technické služby města oznámily, že tento čtvrtek od 9:00 do 11:30 proběhne plánovaná údržba vodovodního potrubí v ulici u místní knihovny. Dva technici zkontrolují hlavní ventily, aby zajistili správný tlak vody před letní sezónou. Odstávka vody se neplánuje, může dojít pouze k dvacetiminutovému kolísání tlaku. Občané nemusí podnikat žádné kroky.)



a vylosuje si jednu kartu emoce (STRACH, HNĚV, ŠOK, ZÁVIST).

- Úkolem týmů je přepsat banální zprávu do senzačního hoaxu nebo clickbaitu tak, aby v publiku vyvolala přesně tu emoci, kterou si vylosovali, např.

„Utajování v parku: Co před námi radnice skrývá za vysokými ploty?“.

Musí vymyslet manipulativní titulek, text a popsat, jaký doprovodný vizuál by využili.

- Otázky lektora: Týmy prezentují výtvary.

Lektor se publika ptá: *Která zpráva vás nejvíce emočně zasáhla?*

Týmů se ptá: *Jak snadné bylo pravdu ohnout jen tím, že jste použili správná emočně zabarvená slova?*

4. Reflexe a uzavření

Lektor ukáže, že k manipulaci není potřeba si vymýšlet úplné lži od základu – stačí pracovat s polopravdou a silnými emocemi. Znalost těchto mechanismů z pohledu "tvůrce" chrání před manipulací z pozice konzumenta obsahu.

1.14. Od předsudků k vnímání (45 minut)

Cíl	Porozumět tomu, jak vznikají stereotypy, předsudky, diskriminace a extremismus, a rozvíjet empatii prostřednictvím autentického životního příběhu.
Pomůcky	• flipchart, • fixy, • přehrávač audia, • audiopříběh Michala z Online živé knihovny https://www.onlinezivakniznica.sk/sk/audiokniha/otvorene-o-extremizmu,



- | | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> tři flipchartové papíry s názvy AGRESOR, OBĚŤ, SVĚDEK. |
|--|--|

Postup:

1. Lektor představí základní model:

Stereotyp → Předsudek → Diskriminace → Extremismus

~ **Stereotyp** = co si myslím, zobecňování, často je to rychlá mentální zkratka.
Zjednodušená představa o nějaké skupině lidí.

➤ „Co si myslím o skupině?“

Příklad: „Všichni Romové jsou problémoví.“

~ **Předsudek** = co cítím a čemu věřím, když této zkratce uvěříme bez otázek a zamyšlení se. Předem vytvořený negativní názor nebo postoj vůči člověku či skupině bez dostatečného poznání.

➤ „Co cítím a čemu věřím o skupině?“

Příklad: „Necítím se při nich bezpečně. Věřím, že jsou nebezpeční.“

~ **Diskriminace** = jak se chovám. Nespravedlivé zacházení s člověkem kvůli tomu, do jaké skupiny patří.

➤ „Jak se podle toho chovám?“

Příklad: „Nezaměstnal bych ho.“

~ **Extremismus** = nenávistné a útočné chování vůči nějaké skupině lidí.

➤ „Chci této skupině odebrat práva, vyloučit ji nebo na ni útočit?“

Příklad: „Nemají tu právo žít. Takové lidi bychom měli vyhnat.“

2. Lektor zdůrazní, že stereotyp je naprosto přirozenou zkratkou našeho myšlení.

Předsudek pak vzniká ve chvíli, kdy této zkratce uvěříme bez jakéhokoliv ověřování a zamyšlení.

3. Účastníci následně sami hledají další příklady stereotypů, předsudků a diskriminace.



4. Poté lektor pustí autentický audiopříběh Michala.

5. Po vyslechnutí příběhu se účastníci rozdělí do tří skupin:

- agresor,
- oběť,
- svědek.

6. Lektor vyzve účastníky, aby si představili situaci, kterou popisoval Michal – jak na ulici bil Roma. Každá skupina se naplno vžije do jedné ze tří rolí a zapisuje na svůj flipchart emoce, myšlenky a potřeby dané postavy. Lektor může na tabuli nebo flipchart předem napsat pomůcku s emocemi:

- ~ strach,
- ~ hněv,
- ~ stud,
- ~ pocit nespravedlnosti,
- ~ ponížení,
- ~ vina,
- ~ bezmocnost,
- ~ nejistota,
- ~ odmítnutí,
- ~ zranění,
- ~ frustrace,
- ~ tlak zapadnout,
- ~ pocit ohrožení,
- ~ soucit,
- ~ empatie,
- ~ vyloučení

7. Skupiny následně představí své výstupy ostatním.



8. Následuje společná diskuse. Lektor může využít například tyto otázky:

- *Které emoce se objevovaly napříč všemi třemi skupinami?*
- *Co podle vás vůbec vedlo ke vzniku předsudků?*
- *Co se může skrývat pod hněvem?*
- *Jak se dá předcházet tomu, aby stereotyp přerostl v diskriminaci nebo násilí?*

9. Reflexe a uzavření

Lektor zdůrazní, že nenávistné postoje velmi často vyrůstají ze strachu, nejistoty nebo pocitu ohrožení. Znalost příběhů konkrétních lidí nám proto pomáhá vidět jednotlivce namísto stereotypu a účinně rozvíjí empatii.



2. Pracovní listy

2.1. V kůži postavy (Mosi nebo Ošklivé káčátko)

Jsem v kůži hlavní postavy (Mosi nebo káčátko)

Cítím se

Potřeboval/a bych

POSTAVA

Zkuste se zamyslet

Nejtěžší pro ni bylo

Pomohlo by jí

Já bych udělal/a

Sem můžeš nakreslit svůj komiks



2.2. Fakt, názor nebo manipulace

Kartičky s kategoriemi (k rozstříhání)

FAKT

NÁZOR

MANIPULACE



Text k vytištění pro každou skupinu

Na škole **zavedli zákaz mobilů o přestávkách**. Podle ředitele se tím **okamžitě zlepšila atmosféra** a žáci se prý **konečně začali spolu bavit jako normální lidé**. Někteří učitelé tvrdí, že **počet konfliktů klesl o polovinu**, ačkoliv škola o tom nevydala žádná data. Deváťák Tomáš říká, že **zákaz je nespravedlivý**, protože mobil používal jen na hudbu a nikdy nedělal problémy. **Většina žáků** se podle něj cítí naštvaná a **škola prý ignoruje jejich názory**. Ředitel však řekl, že **děti si vždy myslí, že vědí všechno nejlépe**, ale rozhodovat musí dospělí.

Na škole **zavedli zákaz mobilů o přestávkách**. Podle ředitele se tím **okamžitě zlepšila atmosféra** a žáci se prý **konečně začali spolu bavit jako normální lidé**. Někteří učitelé tvrdí, že **počet konfliktů klesl o polovinu**, ačkoliv škola o tom nevydala žádná data. Deváťák Tomáš říká, že **zákaz je nespravedlivý**, protože mobil používal jen na hudbu a nikdy nedělal problémy. **Většina žáků** se podle něj cítí naštvaná a **škola prý ignoruje jejich názory**. Ředitel však řekl, že **děti si vždy myslí, že vědí všechno nejlépe**, ale rozhodovat musí dospělí.

Na škole **zavedli zákaz mobilů o přestávkách**. Podle ředitele se tím **okamžitě zlepšila atmosféra** a žáci se prý **konečně začali spolu bavit jako normální lidé**. Někteří učitelé tvrdí, že **počet konfliktů klesl o polovinu**, ačkoliv škola o tom nevydala žádná data. Deváťák Tomáš říká, že **zákaz je nespravedlivý**, protože mobil používal jen na hudbu a nikdy nedělal problémy. **Většina žáků** se podle něj cítí naštvaná a **škola prý ignoruje jejich názory**. Ředitel však řekl, že **děti si vždy myslí, že vědí všechno nejlépe**, ale rozhodovat musí dospělí.



Nastříhané výroky z textu:

zavedli zákaz mobilů o přestávkách

okamžitě se zlepšila atmosféra

konečně se začali spolu bavit jako normální lidé

počet konfliktů klesl o polovinu

zákaz je nespravedlivý

většina žáků je naštvaná

škola ignoruje jejich názory

řekl, že „děti si vždy myslí, že vědí všechno nejlépe“



2.3. Detektivové

Pomůcka k aktivitě – Jak poznám fakt?

1. Zkontroluj zdroj

- *Kdo informaci poskytl?*
- *Je to důvěryhodný autor nebo organizace?*
- *Je text určený pro zábavu, reklamu, nebo učení do školy?*

2. Ověřitelnost

- *Dá se tvrzení **ověřit jinde** (v knize, článku, průzkumu)?*
- *Existuje **důkaz nebo statistika**?*

3. Přesnost a jasnost

- *Tvrzení je **konkrétní**, ne nejasné.*
- *Nepoužívá slova jako „vždycky“, „všichni“, „nikdy“ – ta často signalizují **názor nebo manipulaci**.*

4. Odlišuj fakt od názoru

- **Fakt:** *Dá se dokázat nebo vyvrátit. Např.: „Na dvoře bylo 6 káčátek.“*
- **Názor:** *Vyjadřuje, co si někdo myslí nebo cítí. Např.: „Káčátko bylo ošklivé.“*

5. Hledej manipulaci

- *Používá text **silné emoce** (strach, smutek, radost)?*
- *Vynechává důležité informace?*
- *Zveličuje situaci nebo používá selektivní (vytržená) fakta?*

Tip pro žáky

Než uvěříš tvrzení, zeptej se sám/sama sebe:

1. *Můžu to dokázat?*
2. *Má tvrzení důkaz nebo spolehlivý zdroj?*
3. *Je to názor, nebo manipulace?*



Pracovní list k aktivitě Detektivové

(Žáci kroužkují správnou odpověď: F = Fakt / N = Názor / M = Manipulace)

Tvrzení	Fakt / Názor / Manipulace
Káčátko uteklo ze dvora.	F / N / M
Ošklivé káčátko nakonec našlo přátele.	F / N / M
Výzkum ukázal, že spánek zlepšuje paměť.	F / N / M
Tento film je nejlepší na světě.	F / N / M
Všichni teenageři jsou závislí na mobilech.	F / N / M
Tento nápoj ti zaručeně dodá energii.	F / N / M
Na naší škole je 420 žáků.	F / N / M
Ten nový žák je divný.	F / N / M
Všichni spolužáci ho nemají rádi.	F / N / M
Jen dnes – 90% sleva! Pokud nenakoupíš, ztratíš šanci.	F / N / M
Všichni influenceři používají tuto značku, ty ne?	F / N / M
Staň se úspěšným a bohatým za 7 dní s naším online kurzem!	F / N / M
Jen skutečně inteligentní lidé pochopí tento příspěvek.	F / N / M
Zmeškal jsi to – už nikdy nebudeš mít takovou šanci!	F / N / M
Všichni normální lidé už přešli na tento životní styl.	F / N / M
Tohle ti ve škole nikdy neřeknou, protože nechtějí, abys to věděl.	F / N / M
Pokud si toto neuložíš, určitě na to zítra doplatíš.	F / N / M
Za 3 měsíce jsem si splnil sen. Stačí dělat přesně to, co říkám.	F / N / M
Pokud nemáš takové tělo do léta, neděláš pro sebe dost.	F / N / M
Tento trik funguje na 100 %, garantuji ti to.	F / N / M
Sdílej to s někým, kdo to nutně potřebuje – jinak jsi špatný kamarád.	F / N / M



2.4. Emoční past

Kartičky s emocemi k vytištění

STRACH

HNĚV



ZVĚDAVOST

KLID



2.5. Dezinformační dílna

Text k aktivitě k vytištění

(u každého použijte jinou kartu emoce: STRACH, HNĚV, ŠOK nebo ZÁVIST)

Oznámení

Technické služby města oznámily, že tento čtvrtek od 9:00 do 11:30 proběhne plánovaná údržba vodovodního potrubí v ulici u místní knihovny. Dva technici zkontrolují hlavní ventily, aby zajistili správný tlak vody před letní sezónou. Odstávka vody se neplánuje, může dojít pouze k dvacetiminutovému kolísání tlaku. Občané nemusí podnikat žádné kroky.

Manipulativní titulek: _____

Upravené znění oznámení:

Návrh zmanipulované fotky/obrázku k textu:



**Spolufinancováno
Evropskou unií**



GLAFKA

