

Príbehy pod lupou

PRÍLOHA

Analýza príbehov



Príloha k metodickej príručke vznikla v rámci projektu ***Príbehy pod lupou: Kľúč k otvorenej a tolerantnej spoločnosti – cez kritické myslenie a empatiu.***

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



Spolufinancovaný
Európskou úniou

Financované Európskou úniou. Vyjadrené názory a stanoviská sú názormi a stanoviskami autorov a nemusia nevyhnutne odrážať názory a stanoviská Európskej únie alebo Domu zahraničnej spolupráce. Európska únia ani poskytovateľ grantu za ne nenesú zodpovednosť.



Toto dielo *Príbehy pod lupou*, PRÍLOHA K METODICKEJ PRÍRUČKE je licencované pod licenciou Creative Commons BY-NC-ND 4.0. Licenčné podmienky nájdete na adrese <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>.

Autori

Za koordinátora:

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

Mgr. Veronika Fialová, GLAFKA s.r.o. (Česká Republika)

Za partnerov:

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



Príbehy pod lupou

PRÍLOHA K METODICKEJ PRÍRUČKE

Praktické ukážky otvárania náročných spoločenských tém cez príbehy

V prílohe k Metodickéj príručke nájdete komplexnú analýzu niekoľkých príbehov. Ide o praktickú ukážku využitia príbehu ako nástroja na otváranie citlivých a náročných spoločenských tém. Detailne je rozpracovaná téma šikany. Súčasťou prílohy sú aj pracovné listy a námety, ako s príbehmi ďalej pracovať.



Obsah

1. Analýza rozprávky “Škaredé káčatko”	4
1.1. Analýza príbehu	6
1.2. Cesta škaredého káčatka	7
1.3. Búranie predsudkov a stereotypov	8
1.4. Pracovný list	9
2. Skutočný príbeh o šikane z Online živej knižnice	12
3. Rozbor postáv a príbehu Zlatovláska	17
3.1. Analýza postáv a príbehu	17
3.1.1. Rozbor postáv	17
3.1.2. Paralely s dnešnou dobou	18
3.2. Analýza tematických okruhov s paralelným presahom do súčasnosti	19
3.3. Návrh na využitie príbehu v praxi	20
3.4. Pracovné listy	22



1. Analýza rozprávky “Škaredé káčatko”

Poznáte známu rozprávku od H. Ch. Andersena o Škaredom káčatku? Rozpoviem vám ju...

(text rozprávky je vhodné predniesť zážitkovým spôsobom, s využitím suprasegmentálnych javov - prízvuk, dôraz, prestávka, melódia, tempo, modulácia hlasu).

Na starom gazdovskom dvore žila kačacia rodina. Mamka kačka zohrievala vajíčka, z ktorých sa jedného dňa vydobalo na svet šesť žltučkých káčatiek – páperových gulôčok. Iba jedno vajíčko bolo väčšie ako ostatné. Vyľahlo sa z neho čudné sivé káčatko. Mamka kačka krútila hlavou nad tým čudom. „Odkiaľ som len nabrala také škaredé káčatko!“ vzdychla mamka kačka zakaždým, keď naň pozrela.

Sivé káčatko nielenže nebolo pekné, ale odháňalo bratov a sestry od jedla, pretože bolo ustavične hladné. Úbohé škaredé káčatko bolo stále čoraz nešťastnejšie. Ostatné sa s ním nechceli hrať, lebo bolo nešikovné. Všetci z gazdovského dvora sa mu vysmievali. Káčatko bolo veľmi opustené. „Úbohé škaredé káčatko,“ túlila ho k sebe mamka kačka, „prečo si iné, ako ostatné káčatká?“ A vtedy bolo káčatku najhoršie, potajomky plakalo. Cítilo, že ho okrem matky nikto nemá rád.

Napokon jedného rána na úsvite, utieklo káčatko z dvora. Stalo si na breh rybníka, kde sa pásli husi. „Také škaredé káčatko sme ešte nevideli,“ pohrdavo naňho vykrikovali a odháňali ho. Káčatko sa chcelo vrátiť domov, ale nepoznalo cestu. Zatúlalo sa k chalúpkke, v ktorej bývala stará sedliačka. Keďže táto dobre nevidela, myslela si, že je to hus. Strčila ho do kletky, aby jej zniesla niekoľko vajec. No



škaredé káčatko vajíčka nie a nie zniesť. „Keď neznášaš vajcia, budeš na pečienku,“ dudrala starena.

Jednej noci, keď gazdiná zabudla zatvoriť dvierka na kletke, káčatko utieklo. Opäť bolo samo, letelo, kým vládalo, a potom zosadlo v hustom lese. „Ukryjem sa tu navždy, keď ma nikto nechce,“ povedalo si. Jedno ráno, len čo po spánku otvorilo oči, zazrelo na modrej oblohe letieť veľké nádherné vtáky. Boli biele, mali dlhé, štíhle krky, a žlté zobáky. Sťahovali sa na juh, do teplých krajín. „Keby som aspoň jeden deň mohlo vyzeráť ako ony,“ vzdychlo si káčatko. „Aspoň jedinký deň, hádam by si ma niekto obľúbil.“

Prišla zima a voda v rybníku zamrzla. Úbohé káčatko sa pustilo hľadať v snehu potravu. Vysilené od únavy kleslo na zamrznuté jazero. Náhodou naň naďabil sedliak a vložil si káčatko do kapsy. „Úbožiatko, celé je premrznuté, vezmem ho domov, žene a deťom, postarajú sa oň“, poľutoval ho. Káčatko konečne našlo lásku. V sedliakovom dome prežilo tuhú zimu v hojnosti a teple. Na jar si sedliak povedal: „Káčatko podrástlo, pustím ho na slobodu, nech si užije voľnosti.“ Káčatko odletelo k rybníku.

Sadlo si na vodu a vtom v nej uvidelo svoj obraz. „To som naozaj ja?“ čudovalo sa. V tej chvíli zosadli na rybník labute, ktoré sa vracali z teplých krajín. Káčatku hneď svitlo, že patrí k nim, a rýchlo sa k vtákom pridalo. „Aj my sme labute, ako ty,“ privraveli sa mu priateľsky. „Kde si zimovala?“ vypytovali sa. „To by bolo na dlhé rozprávanie,“ odvetila šťastne mladá labuť a majestátne plávala so svojimi družkami po rybníku. „Pozrite sa, aká je tá mladá labuť krásna,“ volali deti z brehu. „Je najkrajšia zo všetkých.“ A šťastná labuť – káčatko na nich veselo zamávala.



1.1. Analýza príbehu

Rozprávka „Škaredé káčatko“ je výborný a citlivý prostriedok na otvorenie témy šikany. Spracúva motívy odlišnosti, posmechu, izolácie a nakoniec aj prijatia a sebprijatia. Príbeh poskytuje možnosť sprostredkovať emocionálny zážitok spojený s neprijatím a s pocitmi a prežívaním s ním súvisiacimi.

Kľúčová metóda: rozprávku po prečítaní neinterpretujeme len doslovne – vedome ju prekladáme do podobenstiev a metafor vzťahujúcich sa k situáciám zo života.

Motív v rozprávke	Paralela k šikane v reálnom živote	Možná diskusná otázka
Káčatko je iné (iné farby, väčšie, neohrabané)	Dieťa, ktoré sa odlišuje vzhľadom, správaním alebo záujmami, sa môže stať terčom posmechu	Prečo si ľudia všímajú rozdiely? Prečo niekedy vnímajú odlišnosť negatívne?
Vysmieľajú sa mu aj jeho súrodenci, aj ostatné zvieratá na dvore	Šikana často začína v najbližšom okruhu, kde by mal človek očakávať podporu	Ako sa cíti človek, keď ho medzi seba neprijímajú?
Pocit osamelosti a smútku, plač potajomky	Psychický dopad šikany – uzavretie sa do seba, strata sebadôvery	Prečo niekedy ľudia netúžia o probléme hovoriť? Ako im môžeme pomôcť?
Útek z nehostinného prostredia	Obete šikany sa snažia uniknúť z prostredia, kde nie sú prijímané, fyzicky alebo psychicky	Kam môžeš ísť po pomoc, ak máš problém?
Objavenie vlastnej identity (labuť) a prijatie do skupiny	Každý má svoju hodnotu aj potenciál, ktorý sa nemusí hneď prejaviť	Ako by sa príbeh vyvíjal, keby ho ostatní prijali už na začiatku?
Záver – uznanie a uzdravenie	Dôležitosť podpory, rešpektu a uvedomenia si, že krása a hodnota človeka nie sú len navonok	Čo môžeme spraviť, aby sa nikto necítil ako „škaredé káčatko“?



1.2. Cesta škaredého káčatka

Cesta „škaredého káčatka“ je silnou metaforou pre emocionálny svet dieťaťa alebo mladého človeka, ktorý zažíva šikanu alebo vylúčenie. Analýza jeho prežívania krok za krokom umožňuje prepojenie rozprávky so skutočnými pocitmi obetí v reálnom živote.

zavrhnutie → osamelosť → hľadanie pomoci → podpora → prijatie → uzdravenie.

Fáza v príbehu	Emočný svet škaredého káčatka	Prepojenie s reálnym životom
Narodenie/vyliahnutie	Radosť zo života, zvedavosť, nádej, základná dôvera	Začiatok v novom kolektíve – túžba a chuť zapadnúť, otvorenosť
Prvé odmietnutia	Zmätok, smútok, bezradnosť, pocit nepatričnosti, nerozumie, čo robí zle, hanba	Pocit, že je iný, neistota, nerozumie odmietaniu
Opakovaný posmech a odmietanie, stupňovanie	Smútok, bolesť, narastajúca osamelosť, nízke sebavedomie, plač	Opakované útoky narúšajú dôveru k druhým, vedú k strate sebavedomia a vlastnej hodnoty.
Odmietnutie skupinou	Úzkosť, zúfalstvo, pocit menejcennosti, strata istoty	Pocit sociálnej izolácie, uzatváranie sa, úzkosti, psychosomatické problémy, pocit beznádeje, hľadanie úniku.
Útek a samota	Zúfalstvo, strata domova, prázdnota, osamelosť	Opustenie, depresívne nálady, vyhýbanie sa kolektívu
Hľadanie prijatia inde	Nádej i strach, hľadanie bezpečia, neistota, opakované odmietanie	Snaha nájsť nových kamarátov, snaha niekde zapadnúť, niekam patriť, nájsť pochopenie, oporu a prijatie



Fáza v príbehu	Emočný svet škaredého káčatka	Prepojenie s reálnym životom
Kritická fáza (zima, vyčerpanosť)	Pocit vyčerpanosti, apatia, beznádej, otázky o vlastnej hodnote a existencii	Môže sa pridružiť psychosomatika, strach, depresia, sebadeštruktívne sklony
Pomoc a prijatie od niekoho	Prekvapenie, pomaly sa rodí nová dôvera, vďačnosť	Skúsenosť s podporou a prijatím pomáha liečiť traumu, obnoví pocit dôvery a vlastnej hodnoty.
Prijatie, sebaobjavenie	Šťastie, radosť z prijatia, uznanie, objavenie svojej skutočnej podstaty, krásy a hodnoty	Uvedomenie si vlastnej hodnoty a krásy, obnovenie sebaúcty a dôvery, pocit bezpečia, nové vzťahy

Príbeh „škaredého káčatka“ ukazuje, že šikana a dlhodobé odmietanie zásadne ovplyvňujú vnútorný svet človeka — narúšajú dôveru v seba, v iných a v bezpečie okolia. Empatická práca s týmto príbehom umožňuje mládeži nielen rozpoznať, ale aj emocionálne prežiť paralely s reálnym životom obetí šikany, čo je silný základ pre prevenciu a podporu inklúzie.

1.3. Búranie predsudkov a stereotypov

- Identifikácia stereotypu: „Všetky káčatká musia vyzerať rovnako“.
- Deštrukcia stereotypu: Ukážka, že z „odlišného“ sa môže vyklúť niečo prekvapivo krásne a hodnotné.
- Analýza:
 - ⇒ Prečo si ostatné zvieratá mysleli, že je menejcenné?
 - ⇒ Aké „nálepky“ mu dali?
 - ⇒ Aké „nálepky“ v spoločnosti používame dnes?
- Kritické myslenie:



- ⇒ Hľadať paralely k reálnym predsudkom (voči etniku, vierovyznaniu, sociálnemu statusu, orientácii, handicapu).
- ⇒ Aké bývajú dôvody odmietania, vylučovania, šikanovania?
- ⇒ Diskusia: *Ako by dopadol príbeh, keby zvieratá poznali pravdu hneď od začiatku?*

Odkaz pre tému šikany

- Odlišnosť nie je chyba – byť iný je prirodzené a môže byť cenné.
- Slová zraňujú rovnako ako činy – posmech a ignorovanie môžu veľmi bolieť.
- Podpora a priateľstvo dokážu zmeniť život – ako v príbehu sedliakova rodina a labute v závere.
- Sebahodnota nezávisí od toho, čo si o nás myslia iní – káčatko bolo labuť od začiatku, len to nikto nevidel.

1.4. Pracovný list

Ku konkrétnym úryvkom z textu skúste urobiť krátku analýzu - možné pocity a prežívanie postavy/postáv, dôvody, príčiny a dôsledky správania a nájsť paralelu s reálnym životom.

úryvok z textu	analýza (pocity, prežívanie, dôvody, príčiny, dôsledky správania, paralela s reálnym životom)
<i>káčatko nebolo pekné</i>	
<i>odháňalo bratov a sestry od jedla</i>	
<i>bolo nešikovné</i>	
<i>ostatní sa s ním nechceli hrať</i>	



úryvok z textu	analýza (pocity, prežívanie, dôvody, príčiny, dôsledky správania, paralela s reálnym životom)
<i>bolo stále čoraz nešťastnejšie</i>	
<i>všetci sa mu vysmievali</i>	
<i>bolo veľmi opustené</i>	
<i>prečo si iné</i>	
<i>káčatku bolo najhoršie</i>	
<i>potajomky plakalo</i>	
<i>okrem matky ho nikto nemá rád</i>	
<i>káčatko utieklo z dvora</i>	
<i>pohrdavo naňho vykrikovali a odháňali ho</i>	
<i>opäť bolo samo</i>	
<i>ukryjem sa tu navždy, keď ma nikto nechce</i>	
<i>keby som aspoň jeden deň mohlo vyzeráť ako ony</i>	



úryvok z textu	analýza (pocity, prežívanie, dôvody, príčiny, dôsledky správania, paralela s reálnym životom)
<i>hádam by si ma niekto obľúbil</i>	
<i>vysilené od únavy kleslo</i>	
<i>káčatko konečne našlo lásku</i>	
<i>prežilo zimu v hojnosti a teple</i>	
<i>pustím ho na slobodu, nech si užije voľnosti</i>	
<i>vtom v nej uvidelo svoj obraz</i>	
<i>privraveli sa mu priateľsky</i>	
<i>majestátne plávala</i>	
<i>aká je tá mladá labuť krásna</i>	
<i>je najkrajšia zo všetkých</i>	
<i>šťastná labuť – káčatko na nich veselo zamávala</i>	



2. Skutočný príbeh o šikane z Online živej knižnice

Na portáloch <https://www.onlinezivakniznica.sk/sk/> je možné nájsť viacero storytellingových nástrojov na otvorenie témy šikany. Sú vo forme videopríbehov, audiopríbehov alebo e-bookov. Obsahujú príbehy a výpovede konkrétnych reálnych ľudí:

- výpovede obetí šikany a kyberšikany
- výpovede rodičov šikanovaných detí
- prípad šikany a kyberšikany voči učiteľom
- výpoveď šikanátorky (známa slovenská influencerka Sandra Sviteková z YouTube kanála Dejepis inak prináša svoju výpoveď o tom, ako šikanovala svoju spolužiačku)
- výpovede pedagógov
- výpovede odborníkov - psychológov, sociálneho pedagóga

K dispozícii sú tam aj metodiky ako pracovať s video a audio príbehmi a s e-bookmi.

Skutočný príbeh Dominiky:

<https://www.onlinezivakniznica.sk/sk/video/dominika1>

Námety na aktivity a prácu s príbehom

Na úvod, na otvorenie témy:

Práca s emočnými kartami - vyberte kartu, ktorá pre vás najviac vystihuje slovo šikana. Zdieľanie vybraných kariet.



Napíšte tri slová (každý sám za seba), ktoré sa vám spájajú so slovom šikana. Potom slová zdieľať a zapisovať na veľký papier (flipchart, tabuľu) - vznikne mapa slov súvisiacich so slovom šikana.

Spoločný brainstorming - na veľký papier (flipchart, tabuľu) písať všetky slová, ktoré skupine napadajú k slovu šikana, vznikne mapa slov súvisiacich so slovom šikana.

Variácia:

- ktorá karta podľa vás najviac vystihuje slovo šikana pre šikanovaného,
- ktorá karta podľa vás najviac vystihuje slovo šikana pre agresora,
- ktorá karta podľa vás najviac vystihuje slovo šikana pre svedka šikany,
- aké slová sa vám spájajú s týmto pojmom z týchto rôznych pohľadov.

(individuálna práca - každý sa sám za seba zamýšľa nad všetkými štyrmi zadaniami alebo práca v troch skupinách - každá skupina sa zamýšľa nad jedným z troch aktérov šikany + všetci hľadajú slová súvisiace so šikanou z pohľadu aktérov zo svojho zadania)

Zdieľanie vybraných kariet. Zdieľanie a zapisovanie slov na tri rôzne papiere (samostatný papier pre šikanovaného, pre agresora, pre svedka šikany). Vzniknú tri mapy pojmov - možnosť ich porovnania, diskusia.

Práca s videopříbehom:

Intro k videu - dnes si predstavíme skutočný príbeh Dominiky, ktorá rozpráva o svojich skúsenostiach so šikanou. Dominika má 16 rokov, 12 rokov hrala aktívne volejbal - skúste si ju predstaviť, ako asi vyzerá, ako vyzerá jej denný režim - môžu povedať.

Pred pustením zadať inštrukciu, nech si zapisujú akékoľvek momenty, ktoré budú pre nich dôležité - ak ich niečo prekvapí, zaskočí, zasiahne...



Pustiť videopríbeh Dominiky.

Po pozretí príbehu otázky:

- ⇒ *Aké sú vaše pocity po pozretí Dominikinho príbehu?* (príp. vyberte kartu, ktorá vystihuje váš pocit)
- ⇒ *Ako sa líšila vaša predstava Dominiky od reality?*

Prerozprávanie príbehu - čo sme sa dozvedeli - kludne heslovite písať na papier (flipchart, tabuľu).

Otvoriť diskusiu o téme šikany. Podporné otázky do diskusie:

- ⇒ *Čo jej spolužiaci robili?* Premosť ako rôzne sa ešte môže šikana prejavovať, čo všetko je ešte šikanovanie - tiež písať na papier/ flipchart (potom možnosť vyvesiť, pomôže to zvýšiť povedomie o šikane)
- ⇒ *Ako sa cítila?* Premosť aké pocity môže prinášať šikanovanie - podpora empatie, scitlivovanie.
- ⇒ *Prečo jej to robili?* Premosť aké sú podľa nich dôvody šikanovania.
- ⇒ *Čo jej robili v online svete?* Otvoriť aj tému kyberšikany - aké môžu byť spôsoby kyberšikany.
- ⇒ *Ako sa asi Dominika cítila, keď prišla o volejbal? Ako by sa asi oni cítili, keby prišli o svoj koníček z nejakého alebo takéhoto dôvodu?*
- ⇒ *Čo asi cítila jej kamarátka, keď sa nechala prepadnúť? Aké trápenie muselo predchádzať tomuto rozhodnutiu, keď toto videla ako jediné východisko?*
Vcítanie sa do toho, čo prežívajú deti, ktoré sú šikanované (možnosť dotknúť sa aj témy, že takéto prežívanie môže vyústiť až do sebapoškodzovania či samovražedných myšlienok).



Aktivita: rozdeliť mládež do 6 skupín - a zadať im úlohy:

Skupina 1: Čo môžem a čo by som mala urobiť ako obeť? (skupinka dievčat)

Skupina 2: Čo môžem a čo by som mal urobiť ako obeť? (skupinka chlapcov)

Skupina 3: Aké majú páchatelia dôvody/spúšťače/príčiny a čo by im mohlo pomôcť prestať? (zamýšľanie sa nad dôvodmi a príčinami šikanovania)

Skupina 4: Čo môžu podniknúť spolužiaci?

Skupina 5: Čo môžu a čo by mali urobiť učitelia? (v rámci prevencie, aj v akútnom prípade)

Skupina 6: Čo môžu a čo by mali urobiť rodičia? (v rámci prevencie, aj v akútnom prípade)

Každá skupina si napíše na A3 papier znenie svojho zadania a zapisujú naň svoje nápady a odpovede. Potom svoje výsledky prezentujú.

Na záver...

vyberte kartu, ktorá vystihuje, ako sa cíti človek, ktorý je šikanovaný? - tým sa znova zamyslia nad pocitmi šikanovaného človeka.

Možné výstupy - call to action na búranie stereotypov a predsudkov:

- ⇒ Vytvoriť plagát s informáciami o šikane, o kyberšikane.
- ⇒ Písanie úvahy, príbehu alebo námet na tvorivé písanie, téma: Ako sa cíti niekto, kto zažíva šikanu. Tieto potom vydať ako brožúru.
- ⇒ Návrh na divadelný scenár - dramatizácia.
- ⇒ Nakresliť plagát symbolov pocitov, ktoré môže prežívať obeť šikany.



- ⇒ Výtvarný plagát: hrdina - pozitívny vzor - s popísanými vlastnosťami, ktoré by podľa nich takýto pozitívny vzor/ líder/hrdina mal mať (nastavenie kultúry, čo považujeme za dôležité, hodnotné)
- ⇒ Na hudobnej scéne máme aj raperov, ktorí spievajú veľmi podnetné a hlboké slová vo svojich skladbách - ak máme takéto deti v skupine, môžu skúsiť vytvoriť reperskú skladbu na tému prevencie šikany - ako výzvu, ako nebyť ticho, ako môžeme zasiahnuť, konať, a pod.
- ⇒ Vytvorenie krátkeho videa, príbehu s témou šikany a jeho post na sociálnych sieťach.
- ⇒ Ktorékoľvek z týchto výstupov prezentovať aj na sociálnych sieťach.



3. Rozbor postáv a príbehu Zlatovláska

Napísal Karel Jaromír Erben – oproti Němcovej sú jeho rozprávky krutejšie, s prvkom osudovosti (osudu sa nedá uniknúť).

3.1. Analýza postáv a príbehu

3.1.1. Rozbor postáv

- **Kráľ** – starší muž, ktorý prežíva krízu stredného veku. Je citovo nevyrovnaný a nedospelý. Prejavuje veľkú potrebu kontroly a poriadku, čo môže odkazovať na obsedantno-kompulzívnu poruchu (OCD). Jeho správanie je pravdepodobne ovplyvnené traumatickým detstvom. Zvieratá má radšej ako ľudí, pretože mu načúvajú a neohrozujú ho. Kráľ má rysy narcizmu, chce všetko hneď a bez práce. Jedná s ľuďmi ako s vecami, čo sa prejavuje aj v jeho prístupe k Zlatovláske, ktorú chce získať a nepýta sa jej na názor. V príbehu sa zbaví Jiříka, ktorého považuje za konkurenciu.
- **Jiřík** - je optimistický, otvorený a komunikatívny. Chápe kráľovu povahu, ale neprejavuje úctu k autoritám a chce kráľovi „prerásť cez hlavu“. Rovnako ako kráľ má rád zvieratá, ale na rozdiel od neho im aktívne pomáha a získava od nich sľub pomoci. Jiřík pochybuje o sebe a nechce niesť zodpovednosť za svoje činy. To sa prejavuje v momente, keď Zlatovláske, hoci do nej nie je zamilovaný, sľúbi, že ju odvezie ku kráľovi. Je ochotný splniť sľub aj za cenu zrady.
- **Otec Zlatovlásky** - ako jediný v rozprávke pôsobí dospelou. Je skromný a bez predsudkov, čo sa prejavuje tým, že nerieši Jiříkovo postavenie a nepýta sa, prečo prišiel. Zároveň je príliš dôverčivý a dostatočne nepreveruje, s kým Zlatovlásku posielal. Jiříka testuje.



- **Zlatovláska** - je stelesnením pasívneho ženského princípu. Jiříka neuháňa a neprejavuje tzv. „spasiteľský syndróm“. Je de facto cudzinka a v príbehu sa rieši, ako sa asi cíti, keď opúšťa svoju krajinu a rodinu. Zlatovláska nechce odísť s Jiřím a navrhuje mu útek, no on trvá na splnení sľubu. Jej láska k Jiříkovi sa prejaví aj po jeho smrti, keď ho chce pochovať a pokropí ho živou vodou.

3.1.2. Paralely s dnešnou dobou

- **Kríza a psychické zranenia** – rozprávka ponúka silné paralely s dnešnými problémami duševného zdravia. Kráľ, ktorý prechádza krízou stredného veku, je príkladom človeka s traumou z detstva, nízkym sebavedomím a túžbou po uznaní. Jeho potreba kontroly, podozrievavosť a neschopnosť jednať s ľuďmi sú bežné prejavy psychických ťažkostí, ktoré sú v dnešnej spoločnosti časté.
- **Narcizmus a toxické vzťahy** - kráľ so silnými narcistickými rysmi (všetko chce hneď, bez práce, jedná s ľuďmi ako s vecami) predstavuje typ toxického partnera či šéfa, s ktorým sa dnes stretávame vo vzťahoch aj v pracovnom prostredí. Jeho žiarlivosť a majetníctvo sú súčasťou toxického správania.
- **Pasivita a aktivita** - Zlatovláska, ktorá je v príbehu pasívna, a Jiřík, ktorý je síce aktívny, ale nie vždy zodpovedný, môžu slúžiť ako príklad odlišných prístupov k životu. Zlatovláska prijme svoju situáciu, zatiaľ čo Jiřík sa snaží jednať, ale zároveň neustále pochybuje.
- **Problém dospelosti a zodpovednosti** - kráľ, ktorý odmieta dospieť a nieť zodpovednosť za svoje činy, posiela na nebezpečnú misiu Jiříka. To je jasná paralela s dnešnou dobou, kde sa mnohí jedinci vyhýbajú zodpovednosti a radšej prenášajú svoje problémy na druhých. Jiřík síce koná, ale aj on pochybuje a má problém so zodpovednosťou.



3.2. Analýza tematických okruhov s paralelným presahom do súčasnosti

Z príbehu Zlatovlásky možno vyčleniť niekoľko tematických okruhov, ktoré sú vysoko relevantné pre súčasnú dobu:

- **Duševné zdravie a trauma** - rozprávka odhaľuje, akým spôsobom psychické zranenia a možno aj trauma z detstva ovplyvňujú správanie kráľa. Jeho túžba po kontrole, nedôvera a strach z ľudí sú symptómy, ktoré sa dajú dnes študovať v kontexte úzkostných porúch, tráum a narcistickej poruchy osobnosti.
- **Toxické a dysfunkčné vzťahy** - vzťah medzi kráľom a Jiříkom je plný manipulácie a zneužívania moci. Kráľ sa zbaví Jiříka, pretože je pre neho konkurenciou, a jedná s ním ako s vecou. Rovnako tak sa jeho vzťah ku Zlatovláske zakladá na majetníckom a žiarlivom prístupe, nie na láske a rešpekte.
- **Osobné zodpovednosť a dospelosť** - príbeh sa zameriava na nedostatok dospelosti a zodpovednosti u dvoch hlavných mužských postáv – kráľa aj Jiříka. Zatiaľ čo kráľ sa zodpovednosti vyhýba úplne, Jiřík o nej pochybuje, ale nakoniec sa jej postaví. To je kľúčová téma pre prácu s dospelými a mladými dospelými, ktorí často prechádzajú zo sveta bezstarostnosti do sveta plného zodpovednosti za svoje činy.
- **Vina a osud** - Erbenov štýl kladie veľký dôraz na osudovosť. V rozprávke sa objavuje otázka viny. Kto je vinný? Kráľ, ktorý konal podľa svojich tráum, Jiřík, ktorý mohol utiecť, alebo otec Zlatovlásky, ktorý bol príliš dôverčivý? Text dochádza k záveru, že vina nie je jednoznačná. To otvára priestor pre diskusiu o tom, ako naše životné okolnosti, výchova a psychické zranenia ovplyvňujú naše činy, aj keď to úplne nevylučuje osobnú zodpovednosť.



Tento príbeh je veľmi cenným nástrojom pre prácu s mládežou aj dospelými. Analýza postáv odhaľuje, že rozprávky nie sú iba o čiernobielych archetypoch (dobro/zlo), ale o komplexných osobnostiach s vlastnými zraneniami, motiváciami a slabosťami.

- **Híbka postáv** - analýza kráľa ako osoby s psychickou traumou a narcistickými rysmi dodáva príbehu realistickosť a umožňuje diskusiu o tom, ako sa podobné rysy prejavujú v reálnom živote.
- **Pochopenie správania** - pochopenie, že za správaním Jiříka stojí túžba po uznaní a zároveň pochybnosti o sebe, alebo že za otcovou dôverou je skromnosť a nepozornosť, nám umožňuje opustiť povrchné sudy a zamerať sa na korene správania.
- **Presah do psychológie** - text ponúka priame odkazy na psychologické koncepty, ako je OCD, narcizmus a trauma. Tieto pojmy sa dajú použiť ako východiskový bod pre odbornú diskusiu s dospelými alebo pre zjednodušený výklad s mládežou.

3.3. Návrh na využitie príbehu v praxi

Tento príbeh sa dá využiť v mnohých oblastiach s rôznymi cieľovými skupinami, a to s cieľom dosiahnuť zmenu správania, posilnenie empatie a kritického myslenia.

Pre prácu s mládežou (14-18 rokov):

- **Prevenca šikany a kyberšikany** - prostredníctvom postavy kráľa a jeho manipulatívneho správania sa dá pracovať s témami šikany, zneužívania moci a toxického správania. Diskutovať o tom, čo vedie človeka k takémuto konaniu (trauma, nízke sebavedomie).



- **Posilnenie kritického myslenia a vnímavosti** - spochybniť tradičné vnímanie dobra a zla a viesť debatu o tom, či bol kráľ skutočne „zlo“. Dôraz klásť na to, že nikto nie je úplne „dobrý“ alebo „zlý“ a že každý jedinec nesie svoju „vinu“.
- **Rozvoj empatie** - prostredníctvom práce s postavou Zlatovlásky ako „cudzinky“ pracovať na témach adaptácie, odlišnosti a rešpektu k iným kultúram.
- **Búranie stereotypov** - cez postavu Zlatovlásky, ktorá je pasívna a čaká na princa, sa dá otvárať diskusia o rodových stereotypoch v rozprávkach a v spoločnosti.
- **Metódy:**
 - **Diskusné krúžky** - viesť riadené debaty o motivácii postáv a ich správaní.
 - **Hranie rolí** - študenti si môžu vyskúšať zahrať postavy a vcítiť sa do ich situácie, napríklad v scéne, keď Jiřík vezie Zlatovlásku ku kráľovi.
 - **Vytvorenie „mentálneho mapovania“** - spoločne s účastníkmi vytvoriť mapu postáv a prepojiť ich správanie s možnými príčinami (trauma, detstvo, vzťahy).

Pre prácu s dospelými (terapia, mentoring, koučing):

- **Sebareflexia a práca s vnútorným dieťaťom** - s klientmi sa dá analyzovať postava kráľa ako zrkadlo pre ich vlastné zranenia z detstva. Témy ako strach z ľudí a potreba kontroly môžu slúžiť ako východiskový bod pre terapeutickú prácu.
- **Analýza toxických vzťahov** - príbeh sa dá použiť ako model na pochopenie dynamiky v dysfunkčných vzťahoch (či už partnerských, alebo pracovných), kde sa jeden z partnerov správa narcisticky a druhý je manipulovaný.



- **Posilňovanie osobnej zodpovednosti** - prostredníctvom analýzy Jiříka sa dá pracovať s témami, ako je dôležitosť niešť zodpovednosť za svoje činy a pochybnosti o sebe samom.
- **Metódy:**
 - **Koučovacie otázky** - použiť rozprávku ako metaforu a klásť otázky ako: „Ktorou postavou v príbehu si?“, „Kde sa v živote správaš ako kráľ?“, „Kedy si konal/a ako Jiřík a bál/a si sa vzoprieť autorite?“.
 - **Terapeutická práca** - využitie princípov jungovskej psychológie a archetypov na pochopenie tieňových stránok osobnosti prostredníctvom postáv.

3.4. Pracovné listy

Analýza postáv

Po prečítaní príbehu a vžitia sa do jednotlivých postáv si vyberte jednu, ktorá vo vás najviac rezonuje, a pokúste sa túto postavu analyzovať (príklad otázok, ktorými sa môžete inšpirovať, nájdete v tabuľke pri každej postave, môžete si však vytvoriť aj vlastné otázky).

Kráľ

<i>Aké sú jeho hlavné vlastnosti a motivácie?</i>	
<i>Kde vo svojom živote vidíte niekoho, kto sa správa podobne? Prečo to robí?</i>	



<i>Priestor pre vlastné otázky...</i>	
---------------------------------------	--

Jiřík

<i>Ako sa vyvíja jeho charakter?</i>	
<i>Kedy jedná čestne a kedy sa nechá manipulovať?</i>	
<i>Priestor pre vlastné otázky...</i>	

Zlatovláska

<i>Ako vnímate jej rolu v príbehu?</i>	
<i>Čo sa o nej môžeme naučiť, aj keď hovorí málo?</i>	
<i>Priestor pre vlastné otázky...</i>	



Vedľajšie postavy (zvieratá, príp. otec Zlatovlásky)

Aká je ich rola?	
Čo symbolizuje ich pomoc Jiříkovi?	
Priestor pre vlastné otázky...	

Hľadanie paralel so súčasnosťou

V príbehu sa snažte hľadať paralely so súčasnosťou (napr. dianie v spoločnosti).

Príklad:

Narcizmus a moc

Ako sa narcistické správanie kráľa prejavuje v dnešnej spoločnosti (šéf, rodič, politik)?

.....

.....

.....

.....

Toxické vzťahy

Ktoré momenty v príbehu pripomínajú toxický vzťah? Ako sa z nich dá uniknúť?

.....

.....

.....

.....



Osobná zodpovednosť

Kedy mal Jiřík šancu jednať inak a nieť zodpovednosť? Čo ho od toho odradilo?

.....

.....

.....

.....

Ďalšie paralely

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Reflexia a osobný rozvoj

Ktorá z postáv je vám najbližšia a prečo?

.....

.....

.....

.....



Ktorá z postáv vo vás vyvoláva najväčší odpor a prečo?

.....

.....

.....

.....

Dokážete si predstaviť, ako by ste kráľovi „nastavili zrkadlo“ a pomohli mu pochopiť jeho správanie? Čo by ste mu povedali?

.....

.....

.....

.....

Čo vás príbeh naučil o vine a zodpovednosti?

.....

.....

.....

.....

Predstavte si, že máte živú a mŕtvu vodu. Čo by ste vyliečili vo svojom živote (mŕtva voda) a čo by ste posilnili (živá voda)?

.....

.....

.....

.....



**Financovaný
Európskou úniou**



GLAFKA

