

# "Ako Nenásilná komunikácia prehlbuje vzťahy medzi študentmi a pedagógmi"

Pozn.: Nenásilná komunikácia (NVC – Nonviolent Communication )

... a opäť tá záhrada :-)

*.....Vzdelávacie prostredie je ako záhrada, kde sú rastliny študenti a pedagóg je ten, kto sa stará o ich rast a rozvoj. Ako vo všetkých živých systémoch, aj tu je nevyhnutná harmonická komunikácia, ktorá výrazne ovplyvňuje celkovú atmosféru a úspešnosť vzdelávacieho procesu. V tejto súvislosti predstavuje nenásilná komunikácia (NVC), ako ju definoval Dr. Marshall Rosenberg, efektívny nástroj na vybudovanie mostov medzi pedagógmi a študentmi.*



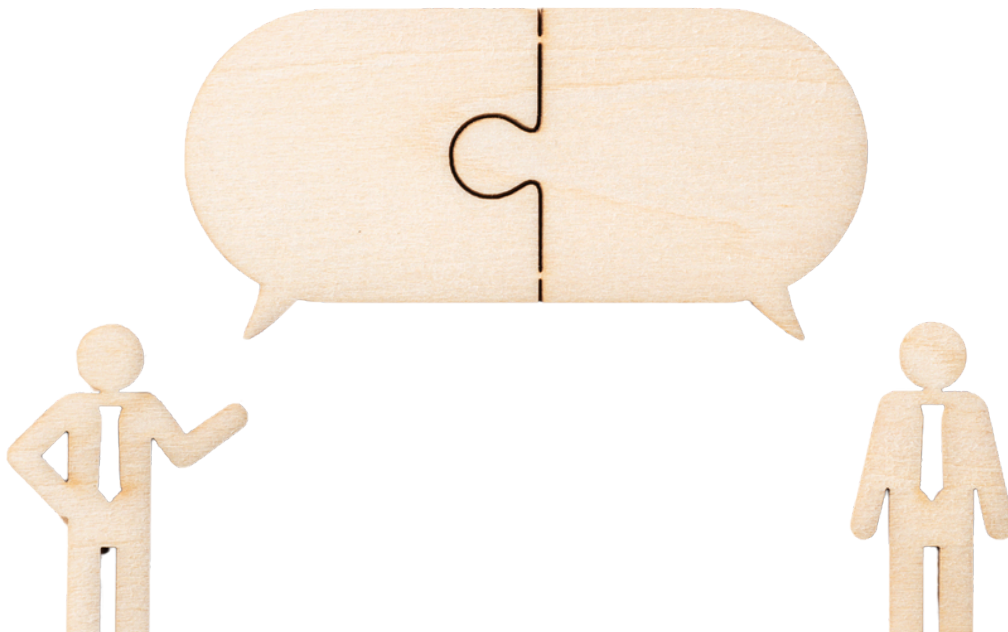
Nenasilná komunikácia nie je len technikou, ale skôr postojom k životu, ktorý vychádza z empatie, pochopenia a vzájomného rešpektu. V praxi sa NVC sústreďuje na vyjadrovanie toho, čo pozorujeme, cítime, potrebujeme a čo by sme radi požiadali druhú stranu, aby urobila. Tento prístup pomáha odstrániť bariéry v komunikácii, ktoré často vedú k nedorozumeniam, frustrácii a konfliktom.

## 4 KROKY

**Pozorovanie bez hodnotenia** - Prvý krok NVC je vyjadriť, čo pozorujeme bez pridávania našich subjektívnych hodnotení alebo kritiky. Predstavte si situáciu, kde študent nedodržiava termín odovzdania projektu. Pedagóg by mohol povedať: *„Všimol som si, že si neodovzdal projekt v stanovenom termíne“* namiesto *„Si nezodpovedný“*. Tento spôsob komunikácie znižuje obrannosť a otvára dvere k otvorenejšiemu dialógu.

**Vyjadrenie pocitov** - Druhý krok súvisí s vyjadrovaním vlastných pocitov vo vzťahu k tomu, čo bolo pozorované. Pri použití NVC by pedagóg mohol pokračovať: *„Cítim sa znepokojený, keď sa projekty neodovzdávajú načas, lebo sa obávam, že to môže mať vplyv na tvoje celkové hodnotenie.“* Vyjadrenie pocitov na osobnej úrovni pomáha študentom lepšie chápať dôsledky svojich činov.

**Potreby** - Tretí krok zahŕňa vyjadrenie potrieb. Pedagóg by mohol povedať: *„Potrebujem, aby všetci študenti dodržiavali termíny, aby som mohol spravodlivo hodnotiť všetkých.“* Týmto spôsobom pedagóg jasne a zrozumiteľne komunikuje svoje očakávania a potreby bez toho, aby študenta zavítal do pocitu viny.



**Prosby** - Na záver, konkrétna prosba: *„Bol by si ochotný dohodnúť si so mnou čas, kedy môžeš projekt dokončiť?“* Tento prístup nielenže dáva študentovi možnosť napraviť situáciu, ale zároveň ukazuje ochotu pedagóga podporovať študenta v procese učenia.

Využitím NVC môžu pedagógovia vytvoriť prostredie, kde študenti cítia, že ich názory a pocity sú počúvané a vážené. Toto podporuje dôveru a otvorenosť v komunikácii a vedie k lepšej spolupráci a vzájomnému porozumeniu. Navyše, keď študenti vidia, že ich pedagógovia s nimi komunikujú s rešpektom, motivuje ich to k rovnakému prístupu voči ostatným, čo vytvára pozitívnu a podporujúcu atmosféru v celej učebnej komunite.

V konečnom dôsledku, využitie NVC nie je len o zlepšení vzťahov medzi pedagógmi a študentmi, ale aj o vytváraní zdravého, vzájomne podporujúceho a empatického vzdelávacieho prostredia, kde každý má príležitosť na rast a učenie sa v atmosfére vzájomného rešpektu a porozumenia.



Máte záujem o tréning, ktorý vám pomôže zlepšiť komunikáciu v školskom prostredí i mimo neho?

Zistite viac informácií a začnite na ceste k pozitívnejším vzťahom už dnes!

