Karty s rolami: Mediátor, Osoba A, Osoba B, Pozorovateľ

Vytlačte jeden hárok na skupinu a rozstrihajte ho na karty. Rozdeľte sa do trojíc plus pozorovateľ a každý si vezme jednu kartu s rolou. Po každom kole vráťte karty s rolami doprostred, zamiešajte ich a rozdajte znova, aby si rolu mediátora vyskúšal každý.

Karty s rolami

MEDIÁTOR

Kto ste
Zachovávate neutralitu a pomáhate obom stranám hovoriť. Riadite proces, nie „pravdu“. Pomáhate ľuďom rozprávať sa bezpečnejším a organizovanejším spôsobom.

Čo urobíte
Stanovíte pravidlá: hovorí jeden, rešpekt, prestávky. Zabezpečíte, aby mal každý čas hovoriť. Zhrniete, čo odznelo, a overíte porozumenie. Udržiavate diskusiu pri hlavných témach a vediete strany k možnostiam a jasnej dohode.

Čo si zámerne precvičujete
Pomenovanie emócií, potvrdzovanie pocitov, pauzy a oddychové časy, spomalenie tempa, keď dôjde k eskalácii, zachovávanie neutrality.

OSOBA A

Čo robíte
Podelíte sa o svoj pohľad. Konflikt vysvetlite vlastnými slovami. Potom povedzte, na čom vám najviac záleží.

Pravidlá, ktoré platia aj pri hraní rolí
Hovorí vždy iba jedna osoba, druhá počúva. Rešpektujúci jazyk: žiadne urážky, nadávky ani vyhrážky. Prestávky sú povolené, ktokoľvek môže požiadať o krátku pauzu, ak sú emócie príliš silné.

OSOBA B

Čo robíte
Podelíte sa o svoj pohľad. Konflikt vysvetlite vlastnými slovami. Potom povedzte, na čom vám najviac záleží.

Pravidlá, ktoré platia aj pri hraní rolí
Hovorí vždy iba jedna osoba, druhá počúva. Rešpektujúci jazyk: žiadne urážky, nadávky ani vyhrážky. Prestávky sú povolené, ktokoľvek môže požiadať o krátku pauzu, ak sú emócie príliš silné.

POZOROVATEĽ

Čo robíte
Nehovoríte, zapisujete si. Po skončení dáte mediátorovi štruktúrovanú spätnú väzbu.

Čo sledujete
Emocionálne signály, pokusy o potvrdenie, tón, tempo.

Navyše pri hraní rolí o stereotypoch
Všímate si, kedy sa objaví nálepka, a navrhujete podporné mediačné otázky.

Ako sledujete
Všímajte si nielen to, čo sa hovorí, ale aj to, ako mediátor komunikuje: pokojné rozprávanie, aktívne počúvanie, rešpektujúca reč tela.

Spolufinancované Európskou úniou

DEQ-2023-2-SK02-KA220-YOU-000177746