

Vzdělávací obor:

Výchova k občanství

Očekávaný výsledek učení:

CAS-VKO-001-ZV9-004

Zhodnotí, co nebo kdo má vliv na něj a na jeho rozhodování ve fyzickém a v digitálním prostředí.

Popis úrovně Na cestě

- Na příkladu konkrétních situací ze života (např. volba střední školy, volby do školního parlamentu) pojmenovává, co má na člověka vliv.
- Navrhne konkrétní strategie, jak posílit dovednost čelit negativním vlivům ve fyzickém a digitálním prostředí.

Rozhodnutí je na mně – nebo není?

autorka materiálu: Mgr. Gabriela Ducháčková, Ph.D.

Krátký textový popis (anotace)

Ilustrace žáka staví do situace, kdy má rozhodnout, na kterou střední školu se přihlásit. Pracuje s třemi modelovými variantami ovlivnění: tlak rodičů, tlak kamarádů a digitální reklama školy. Aktivita pomáhá žákovi rozlišit vlivy, které působí na jeho rozhodování, a hledat cestu k posílení vlastní samostatnosti a odolnosti. Součástí je tvorba jednoduchých obranných strategií – „věty, které pomáhají odmítnout vliv“.

Zadání pro žáky

1. Přečti si tři krátké fiktivní situace rozhodování:

Richard se bude hlásit na střední školu.

- A) Rodiče chtějí, aby šel na stejnou školu jako jeho táta.
- B) Kamarádi Richarda přesvědčují, ať jde na školu s nimi, a vyvíjejí nátlak.
- C) Na sociální síti Richarda oslovila moderní reklama školy, plná slibů a emocí.

2. U každé situace popiš:

- Kdo nebo co Richarda ovlivňuje?
- Jaký má ten vliv charakter – pozitivní, neutrální, negativní?
- Co si o tom myslíš ty sám?
- Jaký zájem nebo motiv za tím vlivem může být (tradice, potřeba skupiny, reklama jako obchodní nástroj apod.)?
- Co by se stalo, kdyby se rozhodl čistě podle toho tlaku?
- Jak na Richarda ten tlak působí – příjemně, nepříjemně, zmateně?
- Jakou větu by mohl Richard říct, kdyby chtěl vliv odmítnout nebo mu odolat?

3. Porovnej své odpovědi z úkolu 2 se spolužákem.

- Jak by v těchto třech situacích reagoval někdo jiný? Proč?
- Kde se přístupy shodují? Kde se liší?

4. Vytvoř si vlastní rozhodovací kompas pro tuto situaci – sepiš:

- 3 věci, které ti při rozhodování pomáhají;
- 3 věci, které ti rozhodování ztěžují;

- 3 věty, které ti pomohou odmítnout tlak druhých (např. „Potřebuju víc času.“, „Chci si udělat vlastní názor.“).

5. Navrhni, co by ti v podobné situaci pomohlo rozhodnout se podle sebe:

- Jaké informace ještě potřebuješ?
- Kde je můžeš získat?
- Kdo ti s tím může pomoci?

Své nápady následně srovnej s [Deset kroků před rozhodnutím | Infoabsolvent.cz](https://infoabsolvent.cz).

6. Zhodnoť celou situaci:

- Jak ses cítil, když jsi přemýšlel o těchto vlivech?
- Co tě překvapilo?
- Jakou strategii si vybereš do příštího podobného rozhodnutí?
- Co ti pomáhá rozhodovat se, jak opravdu chceš, když vlivy na tebe jsou silné?

Zažil jsi nebo můžeš zažít něco podobného v reálné situaci, když budeš řešit, na jakou střední školu podat přihlášku?

Vazba na klíčové kompetence

Název KK Složka KK Kód OVU	Znění OVU	Vzdělávací strategie
KK Osobnostní a sociální Resilience: odolávání obtížným situacím KOS-ODO-000-ZV9-001	Rozvíjí vlastní psychickou a fyzickou odolnost.	- učím žáky na příkladech, skrze zážitky či dramatizaci, jak si vytvářet a udržovat pozitivní mentální modely i při konfrontaci s výzvami

Metodický komentář pro učitele

Žáci často čelí rozhodnutí o výběru střední školy pod různými vlivy. Tato ilustrace umožňuje bezpečně reflektovat tyto tlaky, rozvíjet strategie pro jejich překonávání a podporuje budování vlastní identity. Aktivita je rozdělena do dvou částí. V první fázi žáci pracují s modelovou situací, která jim umožňuje nahlédnout na citlivé téma z vnější perspektivy a bezpečně vzdálenosti. Tím se snižuje riziko osobního ohrožení a vytváří se prostor pro obecnou diskusi bez nutnosti osobního sdílení. Druhá část již směřuje k samotnému žákovi – k jeho vlastním strategiím, zkušenostem a pocitům. Tato fáze podporuje sebereflexi a vědomé pojmenování emocí, hranic nebo potřeb. Učitel by měl být i v této části zvláště citlivý a respektovat individuální nastavení žáků – případně nabídnout možnost psaní, sdílení ve dvojici nebo mlčenlivé zpracování tématu. Aktivita je využitelná také v rámci Osobnostní a sociální výchovy, kariérového poradenství nebo třídnických hodin.

Popis ověřování

Učitel sleduje, zda:

- žák umí identifikovat zdroj tlaku;
- umí zhodnotit vliv jako pozitivní/negativní;
- formuluje vlastní strategii obrany;
- pojmenuje příležitosti k vlastnímu rozvoji;
- reflektuje své schopnosti, nadání a talent z hlediska možností dalšího růstu;
- obtížné úkoly přijímá jako výzvu, nesnaží se jim vyhýbat.

Ukázka řešení

- A) Rodiče – tlak → negativní vliv → věta: „Rád o tom s vámi mluvím, ale potřebuji si udělat jasno sám.“
B) Kamarádi – tlak → neutrální vliv → věta: „Na tu školu se klidně podívám, ale rozhodnutí bude moje.“
C) TikTok – atraktivní → může být zavádějící → věta: „Zaujalo mě to, ale chci si zjistit víc.“

Zdroje

NPI ČR. *Deset kroků před rozhodnutím*. Online. Infoabsolvent. Dostupné
z: <https://www.infoabsolvent.cz/Rady/Clanek/7-0-17>. [cit. 2025-05-06].