

Plaňava, Ivo

Epilog: Jak spolu mluvit

In: Plaňava, Ivo. *Jak (to) spolu mluvíme : (psychologie dorozumívání i nedorozumění mezi lidmi)*. Vyd. 1. Brno: Masarykova univerzita, Filozofická fakulta, 1992, pp. 123-125

ISBN 8021004126

Stable URL (handle):

<https://hdl.handle.net/11222.digilib/132074>

Access Date: 17. 12. 2024

Terms of use: Digital Library of the Faculty of Arts,

Version: 20220831

Masaryk University provides access to digitized

documents strictly for personal use, unless otherwise specified.

MUNI
ARTS

Masarykova univerzita
Filozofická fakulta

Digital Library of the Faculty of Arts,
Masaryk University

digilib.phil.muni.cz

Epilog: Jak spolu mluvit

Možná ani není zapotřebí něco závěrem dodávat, leccos bylo řečeno nebo naznačeno. Nechce se mi však končit skrytými programy, natož výzvou k psychoterapeutické péči. Dovolím si tedy vybrat a shrnout: jak spolu komunikovat, aby se nám dorozumívání dařilo?

Nabízím vašim myslím několik předpokladů, poznatků a pravidel. Uvědomuji si, že mohou znít poněkud nabádavě, pedagogicky. Omlouvá mě, doufejme, že je nabádavě a navíc, s odpuštěním, pedagogicky myslím. Abych respektoval jednu z komunikačních zásad, užívám první osoby jednotného čísla, někdy množného.

- ☛ 1. Lidé kolem mne (ti vzdálenější i nejbližší) nejsou na světě proto, aby plnili všechna moje přání, uspokojovali každou mou potřebu a očekávání.
- ☛ 2. Ani já tu nejsem výlučně proto, abych každému vyhověl, s každým souhlasil a plnil všechna očekávání, která jsou mi adresována.
- ☛ 3. Je ovšem lepší, příjemnější a většinou i hodnotnější, když se s lidmi kolem sebe shoduji, dobře spolu vycházíme. Takových lidí – přeji si a snažím se o to – by kolem mne mělo být více než těch, s nimiž se neshodnu, nedomluvíme nebo jsem v konfliktu. Pokud je tomu naopak, musím si začít dávat na sebe pozor.

- ☛ 4. Zejména si dávám pozor tehdy, převažují-li u mne (nebo spíše ve mně) negativní pocity, city a hodnocení: vše vidím černě či šedivě, nic mi nevyhovuje, lidi kolem mne mi připadají nemožní. Můj „práh popudlivosti“ se nebezpečně snížil; ale život je přece jen poněkud krátký na to, abych ho prožil v převažující podrážděnosti, v neustálé našťvanosti.
- ☛ 5. Nicméně si čas od času uvědomím, i po přejítí chmur a totální skepse, že kolem každého z nás je tak deset, možná dnes i patnáct procent lidí, s nimiž se nelze dohodnout, domluvit, shodnout, akceptovat je. Na tyhle komunikační psychopaty si dávejme pozor, vyhýbejme se jim, jde-li to; a není-li to možné, musíme se bránit a ubránit. Aby nás neničili či dokonce nezničili.
- ☛ 6. S těmi ostatními, a je jich většina, se shodovat mohu, ale taky nemusím. Můžeme mít rozdílné postoje, různá přání a zájmy i rozdílná, byť slučitelná hodnocení. A tedy: jestliže si nějaký člověk myslí a říká něco jiného než já, není nutné ani žádoucí cítit se odlišností ohrožený, nejistý ani rozzlobený. Těšme se z toho, že jsme každý trochu či více jiný, povzbuzujme odlišnost i různost mezi námi. Bylo by umrtvující, kdybychom byli všichni na jedno kopýtko.
- ☛ 7. Máme-li s druhým člověkem být opravdu v kontaktu, pěstujme a rozvíjme zpětné vazby: naslouchejme si pozorně a zúčastněně, dávejme si najevo, že se slyšíme, vnímáme. Zpětnou vazbu poskytujme, přijímejme i vyžadujme, nechceme-li, aby mezilidská komunikace zdegenerovala v sérii na sobě nezávislých monologů.

- ☞ 8. Aby nedocházelo ke zbytečnému nedorozumění, neřku-li ke konfliktům, je dobré hlídat, zda máme na mysli opravdu totéž, když používáme stejně znějících slov. Zejména u těch frekventovaných je nejvíc zapotřebí říct si předem jasně, o čem se to vlastně budeme bavit.
- ☞ 9. Dávejme si pozor na to, aby subjektivní vyjadřování výrazně převažovalo nad tak zvanými objektivními a obecnými soudy. Vyhýbejme se tvrzení typu: já(ty) vždycky, já(ty) zásadně, já (ty) nikdy. A taky nedávejme bližnímu svému najevo, že pouze to moje tvrzení je jedině možné a správné; ani tehdy ne, když si to náhodou myslíme, což je zajisté výjimka potvrzující pravidlo. Nesouhlas, jiný postoj, odlišné hodnocení raději vyjadřujeme subjektivně: že jde o můj pocit, dojem, názor.
- ☞ 10. Každá situace, každý kontext komunikace chce své; je tedy užitečné rozvíjet a pěstovat jednotlivé komunikační styly – konvenční, konverzační, operativní a osobní. A hlavně se musíme vyladit na shodný styl. Domluvme se napřed, stačí krátce, na tom, zda si budeme jen tak povídat, nebo chceme něco domluvit, vyřešit, či zda máme náladu a chtění být si hodně blízko, nejbližší.
- ☞ 11. Aby tohle komunikační „desatero“ mělo šanci, je třeba rozšířit je na jedenáctero; o větu, kterou zformuloval B. Blažek v knížce „Zprávy z Babylónské věže“ takto: **Bez komunikování o komunikování bychom nedokázali rozumně komunikovat.**

A to je též hlavní důvod, proč byla napsána knížka, kterou právě dočítáte.

