



Nové možnosti rozvoje vzdělávání na Technické univerzitě v Liberci

Specifický cíl A2: Rozvoj v oblasti distanční výuky, online výuky a blended learning

NPO_TUL_MSMT-16598/2022



Komunikační dovednosti

PhDr. Stanislava Exnerová



Financováno
Evropskou unií
NextGenerationEU



Národní
plán
obnovy

MSMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Manipulace přímá

- Nátlak
- Obchází se vůle manipulovaného
- Většinou z pozice autority

Manipulace nepřímá

- Taktizování
- Obchází se vědomí manipulovaného
(není si vědom nevýhodnosti)
- Většinou z pozice podřízenosti

Manipulátor

- Psychosociální vlivy
- Genetické vlivy

- Poruchy chování – obvykle nízká frustrační tolerance: na negativní odpověď reaguje zesílením nevhodného chování !

Isabelle Nazare-Aga: charakteristiky manipulátora

- Je egocentrický.
- Navozuje u oběti pocit viny, méněcennosti, obav, zmatku, časové tísně.
- Nesděluje jasně své požadavky, potřeby.
- Odpovídá většinou neurčitě.

- Mění své postoje podle situace a podle osoby, s níž právě komunikuje.
- Rád komunikuje nepřímo. Přes třetí osobu, telefonicky, písemně apod.
- Často mění téma uprostřed hovoru.
- Vyhýbá se pracovním schůzkám a poradám.

- Požaduje od druhých dokonalost, neměnnost názorů apod.
- Zpochybňuje kvality druhých, nenápadně druhé kritizuje a soudí, hovoří o nich s despektem.
- Zaměřuje se na neznalosti druhých a snaží se tak vyvolat dojem, že „má navrch“.

- Využívá morálních zásad druhých k naplnění vlastních potřeb.
- Často ze sebe dělá oběť, aby ho ostatní litovali.
- Citově či jinak vydírá nebo vyhrožuje. Skrytě nebo otevřeně.

- Své potřeby zakrývá logickými důvody.
- Jeho slovní projev zní logicky, avšak jeho postoje, činy nebo způsob života svědčí o pravém opaku.

- Přenáší zodpovědnost ze sebe na druhé.
- Nedbá na žádosti druhých, přičemž tvrdí pravý opak.
- Nedbá na práva, potřeby a přání druhých.
- Zasívá nesvár, podněcuje podezíravost.
Rozděluje, aby mohl lépe panovat.

- Lže.
- Hlásá lež, aby se dozvěděl pravdu. Překrucuje a interpretuje výroky druhých.

- Závidí třeba i osobám velmi blízkým.
- Nesnáší kritiku. Dokáže popírat zcela zřejmá fakta.
- Často vydává pokyny a nutí druhé jednat na poslední chvíli.

- Dává dary, snaží se zalíbit, lichotí a nečekaně projevuje drobné úsluhy.
- V jeho přítomnosti se ostatní často cítí nepříjemně a nesvobodně.
- Přiměje oběť k jednání, které by o vlastní vůli nejspíš nedopustila.

Rozpoznání manipulátorovy techniky:

**Útočí na sebevědomí,
solidárnost, empatii,
závislost na druhých lidech,
vyvolává zmatek,
požaduje rychlé rozhodnutí,
zdůrazňuje autority,
požaduje vděčnost,
dovolává se morálky a logiky**

Jak se bránit?

- **Rozpoznat manipulaci a hrozící nebezpečí.**

Pocity viny,

méněcennosti,

ohrožení,

zmatku, časové tísně,

obavy o přízeň

- Pěstovat si vlastní sebevědomí. Nemyslet si, že manipulátor je dokonalejší.
- Mít jasnou představu o svých právech.
- Rozpoznat, co chtějí.
- Umět odmítnout manipulátorovu žádost, nemít vůči němu zábrany a závazky.
- Naučit se postupům, jak konkrétní manipulační techniky zneškodnit.