

Zamyat M. Klein



# 100

**KREATIVNÍCH  
METOD A HER  
NA SEMINÁŘE  
A WORKSHOPY**

 GRADA®



Zamyat M. Klein



**100**  
**KREATIVNÍCH**  
**METOD A HER**  
**NA SEMINÁŘE**  
**A WORKSHOPY**

Grada Publishing

**Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy**

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Zamyat M. Klein

## **100 kreativních metod a her na semináře a workshopy**

Přeloženo z německého originálu knihy Zamyat M. Klein *Kreative Seminarmethoden. 100 kreative Methoden für erfolgreiche Seminare*, vydaného nakladatelstvím GABAL Verlag GmbH, Offenbach am Main, Německo 2003.

This translation published by arrangement with GABAL Verlag GmbH. Original title: *Kreative Seminarmethoden. 100 kreative Methoden für erfolgreiche Seminare*. GABAL Verlag GmbH, Offenbach am Main, Germany 2003.

Copyright © 2003 by GABAL Verlag GmbH. All rights reserved.

Vydala Grada Publishing, a.s.

U Průhonu 22, 170 00 Praha 7

tel.: +420 234 264 401, fax: +420 234 264 400

[www.grada.cz](http://www.grada.cz)

jako svou 4712. publikaci

Překlad Iva Michňová

Odpovědná redaktorka Mgr. Martina Němcová

Technická redakce a sazba Eva Hradiláková

Počet stran 184

První vydání, Praha 2012

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a.s.

Czech edition © Grada Publishing, a.s., 2012

Cover design © Eva Hradiláková

Cover photo © fotobanka allphoto

ISBN 978-80-247-4023-2 (tištěná verze)

ISBN 978-80-247-7817-4 (elektronická verze ve formátu PDF)

ISBN 978-80-247-7818-1 (elektronická verze ve formátu EPUB)

# Obsah

<b>O autorce</b> .....	9
<b>Předmluva</b> .....	11
<b>Úvod</b> .....	13
<b>1 Zahájení semináře</b> .....	15
1.1 Přivítání a organizační záležitosti .....	15
<b>1</b> Uvítací plakát .....	16
<b>2</b> Organizační přehled a časový rozvrh .....	16
<b>3</b> Příběh .....	17
1.2 Seznámení a navázání kontaktu .....	17
<b>4</b> Řazení .....	18
<b>5</b> Zuřivý reportér .....	20
<b>6</b> Řada jmen .....	24
<b>7</b> Centering .....	26
<b>8</b> Rozhovory ve dvojicích s kartami .....	30
<b>9</b> Karty s obrázky .....	32
<b>10</b> Symbol nebo předmět .....	34
1.3 Očekávání před seminářem .....	35
<b>11</b> Cesta ve fantazii .....	37
<b>12</b> Karty ve čtyřech barvách .....	40
<b>13</b> Otázky na kartách .....	42
<b>14</b> Pohlednice .....	43
<b>15</b> Čtyři začátky vět .....	45
<b>16</b> Vnitřní kruh – vnější kruh .....	46
<b>17</b> Skupinová myšlenková mapa .....	47
1.4 Plánování semináře .....	49
<b>18</b> Myšlenkové mapy .....	50
<b>19</b> Karavana, řeka nebo cesta .....	51

20	Nástěnka s obrázky .....	54
21	Bazar .....	54
22	Přelepování .....	55
<b>2</b>	<b>Zpracování tématu .....</b>	<b>56</b>
2.1	Uvedení do tématu .....	56
23	Cesta ve fantazii .....	56
24	Výstava .....	58
25	Asociační abeceda .....	59
26	Brainstorming na zemi .....	62
27	Výměna zkušeností formou skupinového flipchartu .....	63
28	Výukový plakát .....	66
29	Výuková krajina .....	67
30	Představení / trenérův skeč .....	73
31	Koncert .....	76
2.2	Formy přednášek .....	78
32	Metody .....	79
33	Minipřednáška (TEP) .....	81
34	Přednášky s kartami .....	84
35	Co vím a co chci .....	85
36	Úvodní referát .....	86
2.3	Práce v plénu a ve skupinách .....	88
37	Brainstorming – tempo 30 (podle Carmen Thomasové) .....	88
38	Paradoxní brainstorming (podle Hedwigy Kellnerové) .....	90
39	Nikdo neví všechno, ale každý ví něco .....	91
40	Obláčkový koberec .....	93
41	Aktivování zážitků úspěchu .....	95
42	Dvě perspektivy (podle Stephana Rudeho) .....	97
43	Myšlenková mapa na zemi .....	98
44	Skupinová myšlenková mapa .....	101
45	Učení v pohybu .....	103
46	Karty v místnosti .....	111
47	Výměnná burza (TEP) .....	114
48	Změna překážek v opory (TEP) .....	115
49	Kreativní hry pro pracovní skupiny .....	116

50	Každý pohne každým .....	119
51	Tabulka .....	120
52	Zpívaná výuková cesta .....	121
53	Šeptanda .....	122
<b>3</b>	<b>Různé .....</b>	<b>125</b>
3.1	Hry na rozdělení do skupin .....	125
54	Vánoční řetězy .....	125
55	Třepací krabičky .....	126
56	Puzzle .....	127
57	Korunkové uzávěry nebo vlašské ořechy .....	128
58	Ve čtyřech rozích .....	129
59	Znamení zvěrokruhu, datum narození, barva ponožek .....	129
60	Potrásání .....	129
61	Účastníci si mohou vybrat .....	130
3.2	Doprovodná cvičení .....	131
62	Tak tě vidím .....	131
63	První a poslední dojem .....	133
64	Mezinárodní pozdrav .....	134
65	Světlo a stín .....	137
66	Velmi dobře umím .....	138
3.3	Malá kreativní cvičení .....	139
67	Listování .....	139
68	Záložkování (podle Carmen Thomasové) .....	139
3.4	Tipy pro účastníky .....	141
69	Poznámky s nápady a „kotvy“ pro zapamatování .....	141
70	Kartotéka metod a her .....	142
71	Vývěska/inzertní plocha .....	143
72	Večerní hledání partnera .....	144
<b>4</b>	<b>Vyhodnocení a závěr .....</b>	<b>145</b>
4.1	Inventura a vyhodnocení .....	145
73	Blesk .....	145
74	Check-in .....	146
75	Ještě něco? .....	147

76	Bodovací otázka .....	148
77	Ranní hra .....	149
78	Jaký byl den? .....	150
79	Hodnocení dne s partnerem .....	150
80	Pětiminutové video .....	151
81	Mentální integrace .....	151
82	Pokládání předmětů .....	153
83	Zpětná vazba pohybem .....	154
84	Popěvky a nesmysly .....	154
85	Nové a přínosné .....	156
86	Barometr nálady .....	156
87	Výloha (podle Carmen Thomasové) .....	158
88	Rybářská síť .....	159
89	Vyhodnocení s moderačními kartami .....	160
90	Pohlednice .....	161
91	Otevřený dopis .....	161
4.2	Transfer .....	161
92	Dotazník k transferu .....	163
93	Pyramida (podle Dorothy Drieverové-Fehlové) .....	165
94	ChRPU .....	166
95	Cesta ve fantazii .....	166
96	Zpět do běžného pracovního dne .....	169
4.3	Závěr semináře .....	170
97	Moudrá rada (podle Klause W. Vopela) .....	170
98	Balíme kufr (podle Ulricha Baera) .....	171
99	Poselství na zádech .....	172
100	Darování slov (podle Klause W. Vopela) .....	172

## Příloha

**Témata seminářů, která jsou uvedena jako metodické příklady .....** 175

**Doplňující literatura .....** 176

**Glosář .....** 178



# O autorce



## **Zamyat M. Kleinová**

Narodila se v roce 1949 v Kolíně nad Rýnem, vystudovala pedagogiku a od roku 1980 se věnuje tréninkům. V roce 1991 se osamostatnila a působí jako trenérka na volné noze, koučka a publicistka.

Další kvalifikace:

- učitelka jógy
- gestalt terapie
- poradkyně pro pozitivní myšlení
- NLP
- sugestopedie
- certifikovaná trenérka sugestopedie

Zamyat M. Kleinová je odbornice na kreativní techniky (kreativní hledání nápadů a řešení problémů) a Train-the-Trainer (kreativní seminární metody).

Některé metody si můžete stáhnout na webové stránce: [www.zamyat-seminare.de](http://www.zamyat-seminare.de). Na webu <http://kreativegeisterwecken.typepad.com> najdete další tipy a podněty pro trenéry.

Pravidelně nabízí veřejné semináře pro trenéry; témata a termíny najdete na webové stránce.

Vydané knihy:

1. *Ganzheitliches Lehren und Lernen*  
*Band 1: Lerntechniken und -methoden*  
hiba-Verlag
2. *Ganzheitliches Lehren und Lernen*  
*Band 2: Unterrichtsmaterialien*  
hiba-Verlag
3. *Ganzheitliche Lernmethoden und Materialien für den Unterricht*  
hiba-Verlag
4. *Seminarmethoden, Übungen und Spiele zum lebendigen Lernen*  
hiba-Verlag
5. *Lerntechniken in kleinen Schritten*  
hiba-Verlag
6. *Leichter lernen mit Spaß*  
*Bewährte Techniken – erprobte Tipps*  
Verlag Herder/Spektrum
7. *Kreative Geister wecken*  
*Kreative Ideenfindung und Problemlösungstechniken*  
*Ein Seminarkonzept für Trainer*  
manager Seminare, 2006
8. *Das tanzende Kamel*  
*Kreative und bewegte Spiele für Trainings und Seminare*  
manager Seminare, 2008 (také jako DVD)

# Předmluva

Cílem našich tréninků či seminářů je nabídnout účastníkům konkrétní témata a rozšířit jejich znalosti. Ovšem ne všichni z vás jsou pedagogové, zkušení metodici či didaktici. Jste odborníky ve svém oboru a informace pravděpodobně podáváte způsobem, který je vám blízký a s nímž jste se seznámili v době, kdy jste se sami vzdělávali. Nejčastěji patrně vedete trénink formou přednášky s využitím počítačových prezentací, používáte flipchart, kladete otázky, diskutujete s posluchači.

Již delší dobu se na seminářích využívají například „seznamovací hry“ a inscenační metody, pozornost se věnuje skupinové dynamice, mezi formy učení patří i plánovací hry. Dodnes se občas setkávám s účastníky seminářů, kteří hned na začátku hlásí: „Hlavně žádné hraní rolí!“

Cílem této knihy je poskytnout vám pestrou nabídku metod, ze které si budete moci vybrat ty, které se nejlépe hodí k probíranému tématu, pro přítomné účastníky a v dané situaci. Každý člověk je jiný, má jiné potřeby a vyhovují mu jiné strategie učení. Připravila jsem pro vás široké spektrum metod, které vám umožní zvolit pro všechny učební typy a styly učení vhodné formy cvičení tak, aby byl trénink efektivnější a kreativnější.

Klasické přednášky jsou přínosné jen pro minimum lidí. Zdánlivě se sice během krátké doby zprostředkuje posluchačům relativně velké množství informací, ale ti je ve skutečnosti nestačí všechny vnímat, zpracovat a později aplikovat. Úspěšný trénink má vést k tomu, aby se získané znalosti projevily ve změně chování

**Pestrá nabídka  
metod**

**Přednášky**

a jednání účastníků. Jinak by jim stačilo, aby si o příslušné problematice přečetli nějakou knihu.

**Aktivizace účastníků** Během seminářů by měli mít posluchači možnost vyzkoušet, procvičit a uplatnit nové dovednosti. Proto je základním principem všech předkládaných metod „aktivizace účastníků“. Pokud si sami něco vyzkoušíme, lépe to pochopíme a dobře si to zapamatujeme.

V této knize nevěnuji pozornost možnostem, které nabízejí nová média. PowerPoint a e-learning otvírají další zcela nové perspektivy, které zasluhují vlastní knihu.

# Úvod

V této knížce vám představím řadu metod a cvičení, jež jsem vyzkoušela během své dvacetileté praxe s vedením seminářů. Mnoho cvičení jsem vytvořila sama, nějaká jsem převzala od jiných trenérů. U některých metod již ani nelze zjistit, odkud pocházejí, staly se všeobecně známé, neustále se doplňují a obměňují.

Stejně je potřeba pracovat i s předkládanými náměty. Možná vás napadnou nějaké změny nebo doplňky při četbě popisu metody, další varianty třeba vyplynou během tréninku.

Při popisu jednotlivých metod v této knize postupuji podle základního schématu, které ovšem nedodržuji vždy, ale jen v případech, kdy to dává smysl.

1. O metodě
2. Postup
3. Pokračování
4. Příklady
5. Úkol pro trenéra

Mnoho metod lze pochopit jen na základě konkrétního příkladu. Volila jsem taková témata příkladů, o kterých se domnívám, že jsou zajímavá pro všechny trenéry. Ačkoli třeba na dané téma (např. „motivace“ nebo „strategie učení“) sami žádné semináře nenabízíte, získáte i tak znalosti užitečné pro každého trenéra. I když vás obsah příliš nezaujme, můžete metodu přizpůsobit svým potřebám. Přehled témat najdete v příloze. U některých metod není poslední bod „Úkol pro trenéra“, protože buď není

**Tematické  
příklady pro  
uplatnění v praxi**

potřeba žádná příprava a při plánování semináře si pouze musíte rozmyslet, zda a kdy tuto metodu použijete, nebo je úkol identický s úkolem u některé jiné metody (protože se jedná např. o její variantu), v takovém případě na to odkazují.

**Čtěte odkazy** Při práci s touto knihou se setkáte s mnoha odkazy. Doporučuji vám, abyste uvedené stránky nalistovali a přečetli si je. Pracujte s praktickou příručkou, nečtete román, který je třeba přečíst od začátku do konce. V glosáři najdete stručné vysvětlení různých metod, například sugestopedie. Podívejte se i na literaturu k těmto tématům.

Ke každé části nebo tematické oblasti najdete řadu nejrůznějších metod. Někdy je tematický obsah téměř identický (například při vyhodnocování semináře nebo při transferu), ale forma je jiná. Je velký rozdíl, jestli účastníci semináře absolvují „cestu ve fantazii“, píšou na kartičky nebo spolu hovoří v malých skupinkách.

**Obměňujte metody a sociální formy** Zábavný a pestrý seminář vznikne mimo jiné tím, že budete v jeho průběhu obměňovat metody a formy. Při seznamování můžete například nechat účastníky vyplnit dotazník a pak je vyzvat, aby chodili po místnosti. Abyste zjistili, co od semináře očekávají, využijte moderaci a nakonec všichni po skupinkách vypracujte myšlenkovou mapu. Žádná metoda nebo sociální forma není sama o sobě dobrá nebo špatná, největšího efektu dosáhnete jejich vhodnou kombinací. Změna podporuje soustředěnost účastníků, jedna metoda je odpočinkem od druhé. Proto také najdete k jednomu tématu různé metody. Můžete si vybrat a zvolit právě tu, které se nejlépe hodí do vašeho celkového scénáře.

# Zahájení semináře

# 1

## 1.1 Přivítání a organizační záležitosti

Možná se budete divit, že jsem přivítání a vyjasnění organizačních záležitostí vyhradila samostatnou část kapitoly. Někdo od-bývá tuto část semináře jednou větou. Míra pozornosti, kterou je třeba této části semináře věnovat, závisí na typu akce. U velkých akcí nebo při přednášce stačí za určitých okolností říci pouhé „Vážené dámy a pánové, srdečně vás vítám na přednášce na téma XY“.

Ačkoli i v tomto případě by jiný úvod dokázal vzbudit větší zájem. Můžete třeba diváky překvapit tím, že se přímo vrhnete na pojednávané téma, nebo začnete vtípem, který odlehčí atmo-sféru. Zájem publika lze vyvolat také příběhem nebo nějakým konkrétním příkladem. Pokud vedete seminář s předem daným počtem účastníků, který navíc potrvá několik dní, můžete jej zahájit stanovením pravidel.

Dejte publiku různými signály najevo, že jste se připravili a jak jste se připravili. Stanovením jasných pravidel dodáte účastníkům jistotu, neboť pro mnohé je situace v úvodu semináře více či méně stresující.

V následující části vám uvedu několik příkladů, jak je možné seminář nebo trénink zahájit.

**Přivítání:**  
**Neplatí, čím**  
**kratší, tím lepší**

**Získejte**  
**pozornost**

**Dodejte jistotu**

## 1 UVÍTACÍ PLAKÁT

### Jména účastníků

Na vstupních dveřích nebo na jiném viditelném místě visí flip-chart nebo plakát. Na něm je napsáno například „Vítám Vás!“



a pod tím jména (křestní i příjmení) všech očekávaných účastníků. Jak přesně bude plakát vypadat, záleží jen a jen vás. Abyste si nemuseli vyrábět pro každý seminář nový, můžete si jej například nechat zalaminovat a přilepit na něj samolepicí lístky (Post-it) se jmény, které lze snadno odstranit a vyměnit. Na druhou stranu, napsat „Vítám Vás!“ není tolik práce a jména musíte psát stejně vždycky znovu. Z plakátu získá každý účastník pocit, že ho oslovujete osobně, a zároveň zjistí, kdo všechno je ještě přítomen.

Variantou je uvítací plakát beze jmen účastníků s barevným obrázkem uprostřed a s názvem semináře.

## 2 ORGANIZAČNÍ PŘEHLED A ČASOVÝ ROZVRH

### Vytvořte příjemnou atmosféru

Zejména na začátku semináře se účastníci cítí nejistě: noví lidé, neznámé prostředí, cizí trenér. Dříve jsem často podceňovala fakt, že i ti, kteří jsou v práci zvyklí pracovat se skupinami lidí a vystupovat před nimi, mohou v takovéto situaci pociťovat nejistotu, nebo dokonce strach, jak budou vycházet s ostatními, jak se budou cítit. V hodnocení na konci semináře se pak často objevovalo, že se tato nejistota rychle rozplynula, jestliže na začátku proběhlo seznámení nějakou zábavnou formou, čímž se hned vytvořila příjemná atmosféra. Řada lidí také vítá, když se nejdříve zmíní základní informace a domluví organizační záležitosti. Ještě nemusejí být sami aktivní a udělají si přehled o podmínkách, za kterých bude akce probíhat.



Já obvykle seznámím účastníky s časovým rozvrhem semináře, který je zároveň uveden na flipchartu a po celou dobu pak visí pro orientaci na zdi. Sami se samozřejmě můžete rozhodnout, jestli časový plán s účastníky domluvíte, nebo zda jej stanovíte podle určitých kritérií sami. Já ještě doplňuji informace o hotelu nebo o místě konání, o tom, jak lze strávit volný čas atd.

### 3 PŘÍBĚH

Na jednom semináři jsem zažila následující situaci: Po stručném přivítání se trenérka posadila a bez dalšího vysvětlení nám přečetla příběh. V první chvíli jsem znejistěla, protože jsem se snažila najít spojení s tématem semináře, ale pak ve mně příběh vyvolal zvědavost a pozornost, neboť jsem se vnitřně velmi aktivně zapojila. Něco mi říkalo: Pozor, děje se něco zvláštního! Můžete také vyprávět něco, co souvisí s tématem, například svůj vlastní příběh, zážitek nebo zkušenost z minulosti. I to vyvolá zájem. Možná dokonce vaše publikum překvapí, že o sobě hned sdělujete něco tak osobního. Jakou formu zvolíte, závisí na vaší osobnosti. Pokud patříte mezi trenéry, kteří nemají problém projevat se posluchačům po soukromé stránce, pak je tato varianta pro vás vhodná. Jestliže to vaší povaze vůbec neodpovídá, raději přečtěte příběh. Vždy byste měli volit formu, která se k vám hodí, při níž se cítíte dobře a jistě.

#### Vzbudte zájem

## 1.2 Seznámení a navázání kontaktu

Vedete-li seminář, který trvá déle než jeden den, měli byste dát skupině čas, aby se všichni vzájemně seznámili, neboť to usnadňuje a podporuje další spolupráci. Někomu to možná připadá jako mrhání časem, já to naopak považuji za důležité. Zvyšuje se tím šance na opravdu intenzivní diskusi, otevře se prostor pro pojmenování a zpracování problémů a účastníci si nebudou

#### Čas na seznámení

**Tance**  
pro  
tréninky a semináře  
se Zamyat M. Kleinovou

z různých kultur

sobota večer od 20 hodin

myslet, že se musejí tvářit jako dokonalí učitelé, prodejci nebo kdoví co ještě. Vytvoření uvolněné, otevřené atmosféry má významný vliv i na efektivitu učení. Navíc můžete seznamovací metody propojit s obsahem a tématy semináře. Tato fáze pak zároveň slouží k nastínění tématu nebo k přípravě na něj. Nyní vám představím několik nápadů, které se mi v seminářích velmi osvědčily.

#### 4 ŘAZENÍ

**O metodě** *Dříve semináře často začínaly nudným a neefektivním představením, kdy účastníci jeden po druhém řekli své jméno, profesi atd. Pro mnoho z nich to bylo stresující, navíc za chvíli už nikdo neposlouchal, nemluvě o tom, že by si někdo něco zapamatoval. Všichni ale mají zájem dozvědět se, kdo jsou ostatní, odkud jsou, v jaké profesi pracují atd.*

*„Řazení“ je metoda, kterou můžeme získat tyto informace za výrazně kratší dobu a zároveň mnohem názornějším způsobem. Navíc se jedná o formu, která vyhovuje i kinestetickým účastníkům.*

**Postup** Vyzvěte účastníky, aby se postavili. Položte jim otázku a požádejte je, aby vytvořili skupinky podle svých odpovědí (jedna skupinka = jedna odpověď). Dotazy můžete namíchat z různých oblastí, například některé mohou souviset se seminářem a jiné se mohou týkat práce či soukromí. U některých otázek zase mohou

účastníci vytvářet řady, například od 0 % do 100 %, nebo mohou jít do rohu místnosti, který bude určen pro jejich odpověď. Složitější variantou je, že nalepíte na zem souřadnicový kříž, např. z krepového papíru.

Často na začátku postačí získat na položené otázky základní odpovědi. Pokud ovšem chcete, můžete se skupinek zeptat na konkrétnější informace. Do jaké hloubky půjdete, záleží mimo jiné na velikosti skupiny nebo na tom, jaké informace potřebujete pro další aktivity. Můžete účastníky vybídnout, aby ve skupině diskutovali.

Nyní vám uvedu několik příkladů, které si můžete obměnit podle tématu a potřeby.

### Další varianty

#### **Obecné otázky a výzvy**

1. Postavte se k sobě podle toho, jaká máte povolání.
2. Z jaké části země pocházíte (z jakého kraje)?
3. Pokud byste nyní jeli na dovolenou a mohli byste si vybrat kam, jak byste se rozhodli? Jeli byste k moři, do hor, do pouště?

#### **Time management**

1. Už jste se někdy tématem zabývali? (4 skupiny: „*absolvoval jsem kurz*“, „*něco jsem o tom četl*“, „*seznámil jsem se s tématem jinak*“, „*v podstatě ne*“).
2. Už jste někdy některou metodu vyzkoušeli? (Dvě skupiny: „*ano*“ a „*ne*“.)  
Skupiny „*ano*“ se ptáme dál: Jaké metody? S jakým úspěchem? („*Úspěšně*“ / „*bez úspěchu*“ / „*s částečným úspěchem*“)
3. Máte pocit, že jste pod časovým tlakem nebo nestíháte?. („*Ano*“ a „*ne*“.)
4. Hodnotíte sami sebe jako rychlého, nebo naopak pomalého (při mluvení, chůzi, psaní, práci)? („*Rychlí*“ a „*pomalí*“.)
5. Nosíte hodinky? („*Vždy*“, „*někdy*“ a „*nikdy*“.)
6. Myslíte si, že více než 50 % svého času trávíte zbytečnými nebo nepříjemnými věcmi?

### Příklady