**VKZ - Úkol pro žáky 9. ročníku** (22. – 26. 3. 2021)

**Jak odhalit manipulátora - braň se využívání a manipulování - vymezení hranic.** (nadpis nepsat do sešitu znovu)

Prohlédněte si prosím videa na – [www.youtube.cz](http://www.youtube.cz) (nepsat do sešitu)

<https://www.youtube.com/watch?v=raQToMQJ3Qk>

<https://www.youtube.com/watch?v=UqxR7WtNsSA>

<https://www.youtube.com/watch?v=_3lIuFQzh98>

**Úkol: proveďte zápis do sešitu. S textem budeme ještě pracovat.**

-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------- (pod nadpis napsat do sešitu)

**Obrana proti manipulaci**

* rozpoznat manipulaci a hrozící nebezpečí
* pěstovat si vlastní sebevědomí
* nemyslet si, že manipulátor je dokonalejší
* mít jasnou představu o svých právech
* umět odmítnout manipulátorovu žádost
* nemít vůči manipulátorovi zábrany a závazky
* naučit se postupům, jak konkrétní manipulační techniky zneškodnit

**Ochrana před rizikovým prostředím**

* zachovávat si zdravou sebeúctu
* pravdivě vnímat sebe sama jako jedinečnou osobnost
* snažit se o nezávislost v rámci svých možností
* vytvořit si realistická očekávání
* nebát se požádat kohokoliv o radu či pomoc
* rodiče, sourozenci, kamarádi, škola, úřady…

-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Zatím nefotit mobilním telefonem a neposílat** - bude celkem 40 bodu. Pracujte, průběžně ať toho nemáte najednou hodně.

**Děkuji za Váš čas strávený u školní práce. S pozdravem Jaroslav Kuděla** 