



### *III. modul*

## **BESZÉLJÜK MEG!**

1. Haragszom rád!
2. Add a kezed!
3. Most mutasd meg!
4. Értjük egymást

# BESZÉLJÜK MEG!

Konfliktusok

## MODULLEÍRÁS

<b>A modul célja</b>	Gyakorlat szerzése a konfliktushelyzetek kezelésében, a konfliktusmegoldó technikák alkalmazásában.
<b>Időkeret</b>	8 óra
<b>Ajánlott korosztály</b>	9. évfolyam (14-15 évesek)
<b>Következő modul</b>	Egyedül nem megy!
<b>A modulban szereplő foglalkozások</b>	<b>1. Haragszom rád!</b> Konfliktuskezelés: konfliktusészlelés, konfliktuselemzés <b>2. Add a kezed!</b> Konfliktusmegoldó technikák, konfliktusmegoldó stratégiák <b>3. Most mutasd meg!</b> Kommunikációs formák, a hatékony kommunikáció jellemzői <b>4. Értjük egymást:</b> Felnőtt viselkedés alapszabályai: kommunikáció, viselkedés
<b>Modulkapcsolódási pontok</b>	Életvitel és gyakorlati ismeretek: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Pályaorientáció</li></ul> Magyar nyelv és irodalom: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Anyanyelvi kommunikáció</li><li>▪ Szövegalkotás, szövegelemzés</li><li>▪ Véleményalkotás, értékelés, érvelés, vita,</li></ul> Ember és társadalom: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Személyiségünk: szerepek, kapcsolatok,</li><li>▪ Kritikai gondolkodás</li><li>▪ Társas-társadalmi együttélés, társadalmi szolidaritás</li></ul>
<b>A kompetenciafejlesztés fókuszai</b>	<b>Önismeret:</b> Érzelmi tudatosság, önszabályozás, <b>Információkezelés:</b> Szövegelemzés, lényegkiemelés, szövegalkotás, verbális és vizuális információk felhasználási képessége, információ-megosztás <b>Együttműködés:</b> Egymás megismerésében, a tájékozódásban <b>Önmeghatározás</b> Mások elfogadásának készsége, csoporttudat, kooperáció, alkalmazkodás. kommunikáció, véleményalkotás, érvelés, vitakészség, konfliktuskezelés, döntési képesség.

## **MÓDSZERTANI AJÁNLÁS:**

### ***A tanterem elrendezése:***

A modul fő célja, hogy a csoport gyakorlatot szerezzen a konfliktushelyzetek kezelésében, a konfliktusmegoldó technikák alkalmazásában, ezért fontos, hogy a csoport tagjai, a gyakorlat jellegének megfelelően változó térbeli kapcsolatban legyenek egymással. Az interaktív csoportgyakorlatok megvalósításához a terem közepén a székeket körben helyezzük el, így minden tanuló láthatja a másikat. A csoportvezető is a körben ül. A kiscsoportos feladatokhoz helyezzünk el a körön kívül néhány asztalt. A páros feladatokban legyen mód az odaforduláshoz. Legyen lehetőség a csoportok és az egyének munkáinak bemutatására, közzétételére is. Ezért szükséges egy „bemutató fal”, ahova a munkákat kitűzhetjük (esetleg több napig is fenn maradhatnak).

### ***A foglalkozások módszertana:***

A modul feladata a társas együttéléshez szükséges nyelvi készségek, szociális viselkedésmódok és a társadalmi együttműködés szabályainak megismerése, az ismeretek saját élményként való megélése. A konfliktus fogalmáról alkotott vélekedések felszínre hozása, a kapcsolódó tapasztalatok felidézése és megbeszélése, s ezek alapján megfogalmaztunk néhány általánosítást.

A négy foglalkozásblokk az önmeghatározásból, helyzetelemzésből kiindulva egyre tágabb körben értelmezi az érdekütköztetés, a kooperáció, a kölcsönös megértés és a szolidaritás gyakorlatát. A kommunikációs készségek, a hatékony kommunikáció formáinak tudatosítása, gyakorlása, a megfelelő közlés és a legpontosabb megértés hozzájárul a tanulási készség fejlődéséhez is. A hatékony kommunikáció alapja, hogy mondanivalónkat tagolt, élvezhető és érthető módon prezentáljuk és a lehető legpontosabban megértsük a beszélő szándékát. Mivel a kommunikáció nem csupán verbális úton, hanem nonverbális módon is történhet, különösen fontos, hogy felismerjük a legalapvetőbb nonverbális jelzéseket, és gyakorolják kifejezni azokat (testtartás, gesztusok, mimika, szemkontaktus).

Az együttműködési készség lehetővé teszi a megfelelő szociális szerep felvételére, az énhatékony társadalmi szerepek gyakorlására.

A foglalkozások tevékenységközpontúak, irányításában törekedjünk az indirekt csoportvezetésre, a személyes modellnyújtás és a feltétel nélküli elfogadó viszonyulás megvalósítására. Az indirekt vezetésű csoportokban gyakoribb a szóbeli kommunikáció, a képességbeli különbségek könnyen kiegyenlítődnek, az érzelmi motiváltság miatt az ismeretelsajátítás mélyebb lesz, a tagok figyelnek egymásra, együttműködési képességük fokozódik.

### ***Az értékelés módja:***

A kompetenciafejlesztés fókuszában a konfliktusmegoldó kommunikáció áll, így az értékelés központjában is ezeknek a kommunikáció-központú gyakorlatokban való aktív részvétel áll. Sokszor nehéz „szóra” bírni ezt a korosztályt, hisz sajátos rétegnyelvvvel, esetenként korlátozott nyelvi kóddal, a roma etnikumhoz tartozó fiatalok a kétnyelvűség problémáival, nemegyszer szociolingvisztikai hátránnyal rendelkeznek. Ebben a helyzetben fokozottan érvényes a differenciált értékelés elve, a spontán, motivált sajátélményű kommunikáció érdekében el kell fogadnunk az egyébként nem preferált kommunikációs formákat is. A

gyakorlatok során törekednünk kell a szociokulturálisan elfogadott kommunikációs formák gyakorlására, a nyelvi szocializációs minták elsajátítására, de ezzel együtt a nyelvi megnyilvánulás értékelésében és főleg minősítésében ne alkalmazzunk direkt eszközöket, hisz ezzel megakadályozzuk a nyílt kommunikációban való részvételt.

A kommunikáció központba helyezésével a csoportban „verbális zűrzavar” alakulhat ki, vagyis mindenki egyszerre szeretne beszélni. Ilyenkor adódik alkalom a társas viselkedési formák, a hatékony kommunikáció sajátélményű megtapasztalására, tudatosítására: egymásra figyelés, együttműködés nélkül a konfliktusmegoldó kommunikáció nem eredményes

## TÁMOGATÓ RENDSZER

### Felhasznált objektumok:

Bagdy Emőke – Telkes József: *Személyiségfejlesztő módszerek az iskolában*. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest, 2002.

Bánréti Zoltán: *Kommunikálj!* - kommunikációs és nyelvi tréningek 14-18 évesek számára. Budapest, Korona Kiadó, 1996

*Fejlesztő feladatok 1-2.* (Feladatgyűjtemény és tanári útmutató). Készült a Szakiskolai Fejlesztési Program II. keretében, Nemzeti Szakképzési Intézet 2006.

Fischer, Robert: *Tanítsuk gyermekeinket gondolkodni játékokkal*. Műszaki Könyvkiadó, Budapest 2000.

Gabnai Katalin: *Drámajátékok gyermekeknek, fiataloknak, felnőtteknek*. Tankönyvkiadó, Budapest, 1987.

Gordon, Thomas: T. E. T. A tanári hatékonyság fejlesztése, Gondolat Könyvkiadó, Budapest, 1974.

Játékkönyv. Játékok a közösségformálás szolgálatában I-II. (Szerk.: Kaposi László) Gödöllői Művelődési Központ, Gödöllő 1984., 1987.

Keagan, Spencer: *Kooperatív tanulás*, Önkonet 2000.

Knausz Imre: *A tanítás mestersége*. (Egyetemi jegyzet. Iskolafejlesztési Alapítvány, Miskolc, 2001)

*Pályaorientáció módszertani kézikönyv csoportvezetők számára*. (Szerk. Dr. Szilágyi Klára, Hajdú Annamária) Kollégium Tanácsadó, Szolgáltató Kft., Budapest, 2002.

Sütőné Koczka Ágota (2005): *Szociális készségek fejlesztése kamaszkorban*. Trefort Kiadó, Budapest.

Szilágyi István: *Önismeret és személyiségfejlesztés*, Skandi-Wald könyvkiadó, Budapest, 2002..

Tóth László: *Pszichológia a tanításban*. Pedellus Kiadó, Debrecen, 2000.

### Ajánlott objektumok:

- osztalyfonok.hu:
- gondolatiterkep.lap.hu
- necc.hu:

*Almamater* (az egri Eszterházy Károly Főiskola Gyakorló Általános Iskolája, Gimnáziuma és Szakközépiskolája programja). Készült a tanulók középfokú oktatásba történő sikeres továbbtanulásának előkészítésére kiírt PHARE pályázatra, 2004.

## 1. foglalkozásblokk

### HARAGSZOM RÁD!

#### Konfliktusészlelés, konfliktuselemzés

Ajánlott korosztály/létszám	14-15 évesek, 10-12 fős csoport
Ajánlott időkeret	2×45 perc
A foglalkozás közvetlen célja	Konfliktushelyzetek felismerése, elemzése,
A foglalkozás tartalma	A konfliktushelyzet jelentésének megismerése, fogalommagyarázat A konfliktusjelzések észlelése, elemzése, értelmezése, Érzelmek konfliktushelyzetben
A kompetenciafejlesztés fókuszai	Személyes: Önismeret: érzelmek azonosítása, az érzelmek kezelése, helyzetfelismerés Kognitív: véleményalkotás, anyanyelvi kommunikáció Szociális: kommunikáció, empátia
Kapcsolódási pontok	Magyar nyelv és irodalom: Anyanyelvi kommunikáció Életvitel és gyakorlati ismeretek: Pályaorientáció Ember és társadalom: viselkedési szabályok,
Szükséges előzetes ismeretek:	nincs

#### RÁHANGOLÁS

##### Tevékenység 1

15-20 perc

##### Tanári instrukciók

##### Munkaforma

##### Módszerek

##### Eszközök

##### Bálám számara

- Mindenki kap egy borítékot. A borítékokban két, egymással összekötött csacsi képeit látjátok. Csak együtt tudnak odamenni a szénakazlakhoz. Megegyeznek? Vagy éhesek maradnak?

- Rendezd sorba a képeket belátásod szerint!

Ha mindenki kialakította a szerinte helyes sorrendet, kérjük meg a tanulókat, mutassák be képsoraikat. A lehetséges megoldásokat rögzítsük a táblán.

Beszéljük meg, a csacsi döntésének következményeit. Hallgassunk meg minél több véleményt.

Egyéni, interaktív nagycsoport

Sorba rendezés, megbeszélés

Képkártyák: 1. számú melléklet, Blu-tack

#### JELENTÉSTEREMTÉS

##### Tevékenység 2

15 perc

##### Tanári instrukciók

##### Értsük meg!

A konfliktushelyzet jelentése, fogalommagyarázat.

A foglalkozás céljának bemutatása

##### A fogalommagyarázat lépései:

- Rokonérzelmű szavak gyűjtése: pld. összeütközés, ellentét, nézeteltérés, összecsapás, nézeteltérés, viszály, összezőrdülés, összetűzés, civódás
- Más szóval hogyan fejeznék ki a konfliktust, konfliktushelyzetet?

	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Gyűjtsünk konfliktushelyzeteket saját tapasztalatainkból, élményeinkből! (Használhatóak a 2. számú melléklet képei és a képek alapján történhet a gyűjtés).</li> <li>▪ Definícióalkotás: az összegyűjtött ismeretek alapján fogalmazzuk meg a konfliktus szó jelentését!</li> </ul> <p>A foglalkozás célja a konfliktus fogalmának körbejárása, asszociációs gyakorlat.</p>
<b>Munkaforma</b>	Interaktív nagycsoport
<b>Módszerek</b>	Gyűjtés, feladatlap, definícióalkotás, érvelés, beszélgetés
<b>Eszközök</b>	Feladatlap: 2. számú melléklet
<b>Tevékenység 3</b>	<b>Néha így érzek...”</b>
20 perc	Érzelmek konfliktushelyzetben
<b>Tanári instrukciók</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ A feladatlapon arról írhattok, mit érezhettek konfliktushelyzetben.</li> <li>▪ Mikor érzitek ezeket az érzéseket, és mit tesznek a rossz érzés leküzdéséért?</li> <li>▪ Mit éreztek konfliktushelyzetekben, milyen indulatok keletkeznek ilyenkor bennetek?</li> <li>▪ Miről lehet felismeri, hogy valaki haragos? (Verbális, nem verbális jelzések).</li> <li>▪ Hogyan fékezhetjük indulatainkat?</li> </ul> <p>Beszéljük meg! Hasonló-különböző helyzetmegoldások.</p>
<b>Munkaforma</b>	egyéni, frontális
	a foglalkozás célja szembesülni korábbi konfliktushelyzetekkel, érzelmi reakcióinkkal.
<b>Módszerek</b>	feladatlap, közös megbeszélés
<b>Eszközök</b>	Feladatlap: 3./A/B melléklet
<b>Tevékenység 4</b>	<b>Mondjam, vagy mutassam?</b>
15 perc	Konfliktusészlelés
<b>Tanári instrukciók</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ A 3. feladatban összegyűjtött helyzetek közül válasszatok ki egyet!</li> <li>▪ Játsszátok el szavak nélkül a többieknek!</li> <li>▪ Találjuk ki, mit érezhet társunk, mi okoz számára problémát!</li> </ul> <p>Egy tanuló kezdi a játékot, akinek sikerül kitalálni, mit érez, saját jelenetével folytatja a játékot.</p> <p>Közös megbeszélés: Megértettük-e egymást? Rögtön rájöttem! Nem tudtam megértetni! Hogyan fékezhetjük az indulatunkat?</p>
<b>Munkaforma</b>	interaktív nagycsoport
<b>Módszerek</b>	Szituációs játék, megbeszélés
<b>Eszközök</b>	post-it lapok
<b>Tevékenység 5 (A változat)</b>	<b>Látszik, hogy haragos vagyok?</b>
15 perc	A mimika, az arcjáték érzelmek kifejező szerepének megbeszélése.
<b>Tanári instrukciók</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Próbáljátok lerajzolni egy haragos ember arcát, arckifejezését!</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ A rajzokat nézzük meg, milyen hasonlóságokat fedeztek fel az haragos arcokon?</li> </ul> <p>Beszéljük meg, milyen arcjáték jellemzi a haragos embert.</p>
<b>Célcsoport</b>	Bármely csoportban
<b>Munkaforma</b>	Egyéni, interaktív nagycsoport
<b>Módszerek</b>	Rajz, megbeszélés
<b>Eszközök</b>	Rajzlap, filctoll
<b>Tevékenység 5(B változat)</b>	<b>Haragszom rád!</b>
15 perc	
<b>Tanári instrukciók</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mindenki húzzon a kártyák közül, Szólásokat találtok rajta, amelyek a konfliktushelyzetben érzett haraggal kapcsolatosak. A feladat elvégzése előtt fontos a szólások egyenkénti értelmezése.</li> <li>▪ Mi a véleményetek? Beszéljük meg!</li> </ul> <p>Ha több gyerek van, mint szólás, akkor az azonos tartalmú kártyát húzókat párt alkotnak.</p> <p><i>A tevékenység 5 „B” egyben nehézségi fokozatot is jelent az „A” változathoz képest, ezért javasolt a csoporttagok képességi szintjéhez igazítva választani a tevékenységek változatai között.</i></p>
<b>Munkaforma</b>	Interaktív nagycsoport
<b>Módszerek</b>	Beszélgető kör
<b>Eszközök</b>	Kártyák: Szólások a haraggal kapcsolatban (4. melléklet)

## REFLEKTÁLÁS

### Tevékenység 6

10 perc

#### Tanári instrukciók

#### Tükör játék

- Válasszatok párt, álljatok párosával körbe, úgy, hogy egyikőtök a belső, másiktok a külső körbe kerüljön. Álljatok egymással szemben.
  - A belső körben állók mutassanak valamilyen mozdulatot, arckifejezést, párjuk, mint egy tükör utánozza őket. Tapsra (csengőszóra stb.) a külső körben állók lépjenek tovább, és most a következő párjukat tükrözzék. Ha körbeértek, cseréljete szerepet: most a külső körben állók mutatnak valamit, és a belső körben lévők a tükrök. A második körben próbáljanak a konfliktus témakörével kapcsolatos arckifejezéseket megjeleníteni és visszatükrözni. (Dühös, haragos, mérges...stb.).
- Páros
- Játék, külső kör-belső kör
- nincs

#### Munkaforma

#### Módszerek

#### Eszközök



**Tevékenység 7**

5 perc

**Tanári instrukciók****Munkaforma****Módszerek****Eszközök****Visszajelzés**

Visszajelző kör, érzések, élmények megfogalmazása.

Mi mindent tudtatok ma magatokról?

Hogyan éreztétek magatokat?

Melyik feladatot találtátok a legérdekesebbnek a mai foglalkozáson és miért?

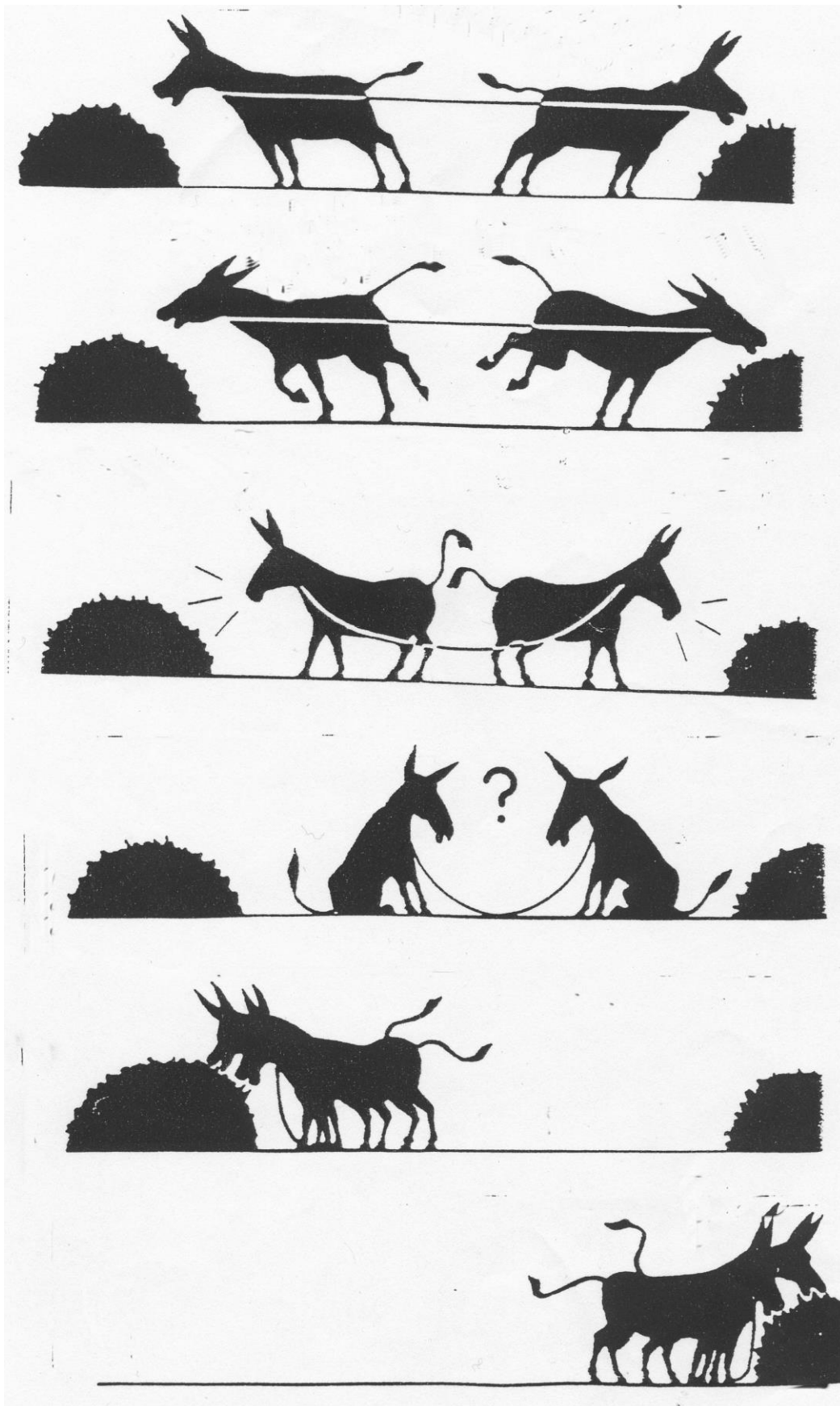
Interaktív nagycsoport

Megbeszélés

-



Beszéljük meg! / Haragszom rád!! / 1. melléklet. Bálám számara  
Bálám számara



Beszéljük meg!/ Haragszom rád!!/2. melléklet. A konfliktus jelentése

## A konfliktus jelentése

1. feladat

Gyűjtsetek össze minél több olyan helyzetet, ami emberek közti ellentétet, összeütközéshez, viszályhoz, konfliktushoz vezet!

Figyeljétek meg jól a képet! Vajon mi történhetett? Keressetek több lehetőséget!



1.....

2.....

3.....

4.....

2. feladat

Fogalmazzátok meg, szerintetek mit jelent a KONFLIKTUS!

SZERINTÜNK A KONFLIKTUS .....

.....

3. feladat



Keressétek ki az Értelmező szótárból a KONFLKTUS szót!

KONFLIKTUS = .....

.....  
Beszéljük meg!/ Haragszom rád!!/3/A. melléklet.





A feladatlapon arról írhattok, mit érezhettek konfliktushelyzetben. Mikor érzitek ezeket az érzéseket, és mit tesztek a rossz érzés leküzdéséért?

## NÉHA ÍGY ÉRZEK

	AMIKOR (mi történik)	ÉS ÍGY KÜZDÖM LE
MEGSÉRTŐDÖM 		
DŰHÖS VAGYOK 		
VISSZAUTASÍTÓ VAGYOK 		
CSALÓDOTT VAGYOK 		

Beszéljük meg!/ Haragszom rád!!/3/B. melléklet.

## NÉHA ÍGY ÉRZEK....

	amikor ez történik	Így oldom meg a helyzetet
Dühös vagyok,  <small>© www.ClipProject.info</small>		
Visszautasító vagyok,  <small>© www.ClipProject.info</small>		
Megsértődöm,  <small>© www.ClipProject.info</small>		
Csalódott vagyok,  <small>© www.ClipProject.info</small>		

HARAGSZOM RÁD!

Haragosnak kettő kára.	Mai haragodat tartsd meg holnapra.
A harag rossz tanácsadó.	Hol a harag nyertes, vesztes a nyugalom.
A harag árt a szépségnek.	Nagyobb a haragja, mint maga
Haragnak megbánás a vége.	Harc nélkül nincs győzelem.
Ha haragszik, majd megbékül.	Haszontalan harag, melynek nincs ereje.
Haragos, ha magához tér, magára haragszik.	



## 2. foglalkozásblokk

### ADD A KEZED!

#### **Konfliktusmegoldó technikák, konfliktusmegoldó stratégiák**

Ajánlott korosztály/létszám	14-15 évesek, 10-12 fős csoport
Ajánlott időkeret	2×45 perc
A foglalkozás közvetlen célja	Konfliktuskezelő és problémamegoldó technikák megismerése, gyakorlása.
A foglalkozás tartalma	Konfliktusmegoldó technikák gyakorlása, Konfliktusmegoldó stratégia kidolgozása.
A kompetenciafejlesztés fókuszai	Személyes: autonómia, önszabályozás, helyzetfelismerés Kognitív: Kritikai gondolkodás, nyelvi kommunikáció (szövegértés, szövegalkotás) véleményalkotás, vitakészség, döntési képesség, problémamegoldás Szociális: empátia, együttműködés, konfliktuskezelés, társadalmi szolidaritás
Kapcsolódási pontok	Magyar nyelv és irodalom: Anyanyelvi kommunikáció Életvitel és gyakorlati ismeretek: Pályaorientáció Ember és társadalom: Kritikai gondolkodás, társadalmi problémák
Szükséges előzetes ismeretek:	nincs

#### RÁHANGOLÁS

#### **Tevékenység 1.**

10 perc

#### **Az ügy volt...**

#### **Tanári instrukciók**

Konfliktushelyzetek gyűjtése

Alkossunk rokonszenvi választás alapján négyfős csoportokat! Gyűjtsünk konfliktushelyzeteket, melyek pl.: egy munkahelyen, egy családban, egy baráti társaságban fordulhatnak elő! A csoportok állítsanak össze közös listát azokról a helyzetekről, amelyek ellenségeskedéshez, haraghoz vezethetnek!

A csoportok szószólói mutassák be a listát a többi csoportnak! Van-e hasonlóság? Melyek azok a konfliktushelyzetek, amelyek mindenkit érintenek?

A kiválasztott konfliktushelyzetek felkerülnek a táblára, a következő tevékenységben szükség lesz rájuk.

A csoportot foglalkoztató időszerű problémák összegyűjtése segítséget jelent program további alakításában, tervezésében.

#### **Munkaforma**

#### **Módszerek**

kooperatív csoportmunka, kooperatív nagycsoport

Ablak, megbeszélés, súlyozás

#### **Eszközök**

Feladatlap: 1. melléklet

## JELENTÉSTEREMTÉS

**Tevékenység 2(A változat)**  
30 perc

**Tanári instrukciók**

**„Okos enged, számár szenved!**

A konfliktusmegoldás menete

A foglalkozás céljának bemutatása

- Válasszon minden csoport egy-egy konfliktushelyzetet, azok közül, amelyeket a csoport az előbb kiválasztott.
- Beszéljétek meg, hogyan lehetne megoldani! Játsszátok el!
- A nézői csoportok figyeljék meg, milyen lépései vannak a konfliktus megoldásának! Keressetek megoldási módokat
- A konfliktusmegoldást segítő és gátló tényezők tudatosítása.

### Fogalom: A konfliktusmegoldás menete

**Kulcsmondatok felhelyezése a táblára:**

- A konfliktushelyzet azonosítása: Miről is van szó?
- Tények és cselekvési lehetőségek összegyűjtése: Mit lehet tenni?
- Megegyezni és választani: Konszenzus Mit tegyünk?
- A cselekvés végrehajtása Döntöttünk!
- A cselekvés eredményének értékelése Add a kezed!
- Ha minden rendben, a konfliktus-megoldási folyamat lezárult.

Újra eljátszva lehetőleg jussanak konszenzusra. Tudatosítsuk bennük, hogy egy konfliktust csak akkor tekinthetünk lezártnak, ha értékeljük az eredményeket, elemezzük a siker és a kudarc okait, továbbá gondot fordítunk a következetes végrehajtásra.

**Munkaforma**  
**Módszerek**

kooperatív csoportmunka,  
csoportmozaik, szituációs játék, vita, érvelés, döntés

**Eszközök**

Kártyák kulcsmondatokkal 2. számú melléklet

**Tevékenység 2(B változat)**  
25 perc

**Tanári instrukciók**

**„Okos enged, számár szenved!**

**Csoportképzés** Előre elkészített konfliktuskártyák köré szerveződő 2-3-4 fős csoportok, kijelölt szerepkörökkel.

- Van 4 kártyám, mindegyiken egy-egy konfliktushelyzetet és annak szereplőit találjátok. Alkossatok csoportokat, válasszatok a kártyák közül, és játsszátok el!

A több segítséget, útmutatást igénylő, a szerepjátékban kevésbé gyakorlott, vagy a direkt utasítást preferáló csoportokban ajánlom a kártyák használatát.

**Munkaforma**  
**Módszerek**

**kooperatív csoport**  
Szerepjáték,

**Eszközök**

3.számú melléklet: Konfliktuskártyák

**Tevékenység 3.**  
30 perc

**Tanári instrukciók**

**Görcsoldó**

Konfliktusmegoldó stratégiák

- Nem mindenki viselkedik egyformán konfliktushelyzetben. A

következő állítások közül jegyezd fel annak a számát, amelyikkel egyetértesz!

Az állításokat közösen értelmezzük, hogy az értésbeli nehézségek ne akadályozzák a választást.

- Az értékelő lap táblázatában számokat találsz, karikázd be választott állításaid számait!

- Most nézd meg, melyik oszlopból jelöltél meg legtöbbet! Az oszlop fejlécén megtalálod, milyen viselkedés jellemző rád konfliktushelyzetben! Egyetértesz? Beszéljük meg!

Megbeszélés: a kulcsmondatok segítségével, az egyéni konfliktusmegoldó stratégiák meghatározása, jellemzése

**Fogalom:** Konfliktusmegoldó stratégiák

- Versengő: Mindig nekem van igazam!
- Alkalmazkodó: Legyen úgy, ahogy akarsz...
- Együttműködő: Csináljuk együtt!
- Problémamegoldó/tárgyaló Beszéljük meg!
- Elhárító: Nem az én dolgom..

**Munkaforma**  
**Módszerek**

Egyéni, nagycsoportos megbeszélés  
Feleletválasztás, beszélgető kör

**Eszközök**

Feladatlap: 4-5. számú melléklet

## REFLEKTÁLÁS

**Tevékenység 4(A változat)**  
15 perc

**Tanári instrukciók**

**Konfliktusmegoldó lap I.**

- Gondolkozzatok el, mit lehet tenni, a csoportotok konfliktuskártyáján szereplő helyzetben!
- Mi lesz választásodnak a következménye! Szerintetek mi a megoldás?
- Gondoljátok át, mi történik a konfliktushelyzet után?
- Mi történik, ha nem születik megoldás?

A feladatmegoldás célja tudatosítani a

konfliktushelyzetekben gyakorolt magatartás

következményeit, tanulságait.

**Munkaforma**  
**Módszerek**

Kis és nagycsoportos munka,  
Szóforgó, csoport-forgó,  
Írásbeli feladatmegoldás, megbeszélés

**Eszközök**

3. számú melléklet: Konfliktuskártyák  
Feladatlap I. 6. számú melléklet

**Tevékenység 4(B változat)**  
15-20 perc

**Tanári instrukciók**

**Konfliktusmegoldó lap II.**

- Gondolkozzatok el, a csoportotok konfliktuskártyáján szereplő helyzetben mi a probléma? Ké a probléma? Milyen

	megoldások lehetségesek? Melyik a számodra megfelelő megoldás?
<b>Munkaforma</b>	Kis és nagycsoportos munka,
<b>Módszerek</b>	Szóforgó, csoport-forgó, Írásbeli feladatmegoldás, megbeszélés
<b>Eszközök</b>	3. számú melléklet: Konfliktuskártyák Feladatlap II. 7. számú melléklet

**Tevékenység 5**  
5 perc

**Tanári instrukciók**

**Munkaforma**  
**Módszerek**

**Eszközök**

## Visszajelzés

Visszajelző kör, érzések, élmények megfogalmazása.

Mi mindent tudatok ma magatokról?

Hogyan éreztétek magatokat?

Melyik feladatot találtátok a legérdekesebbnek a mai foglalkozáson és miért?

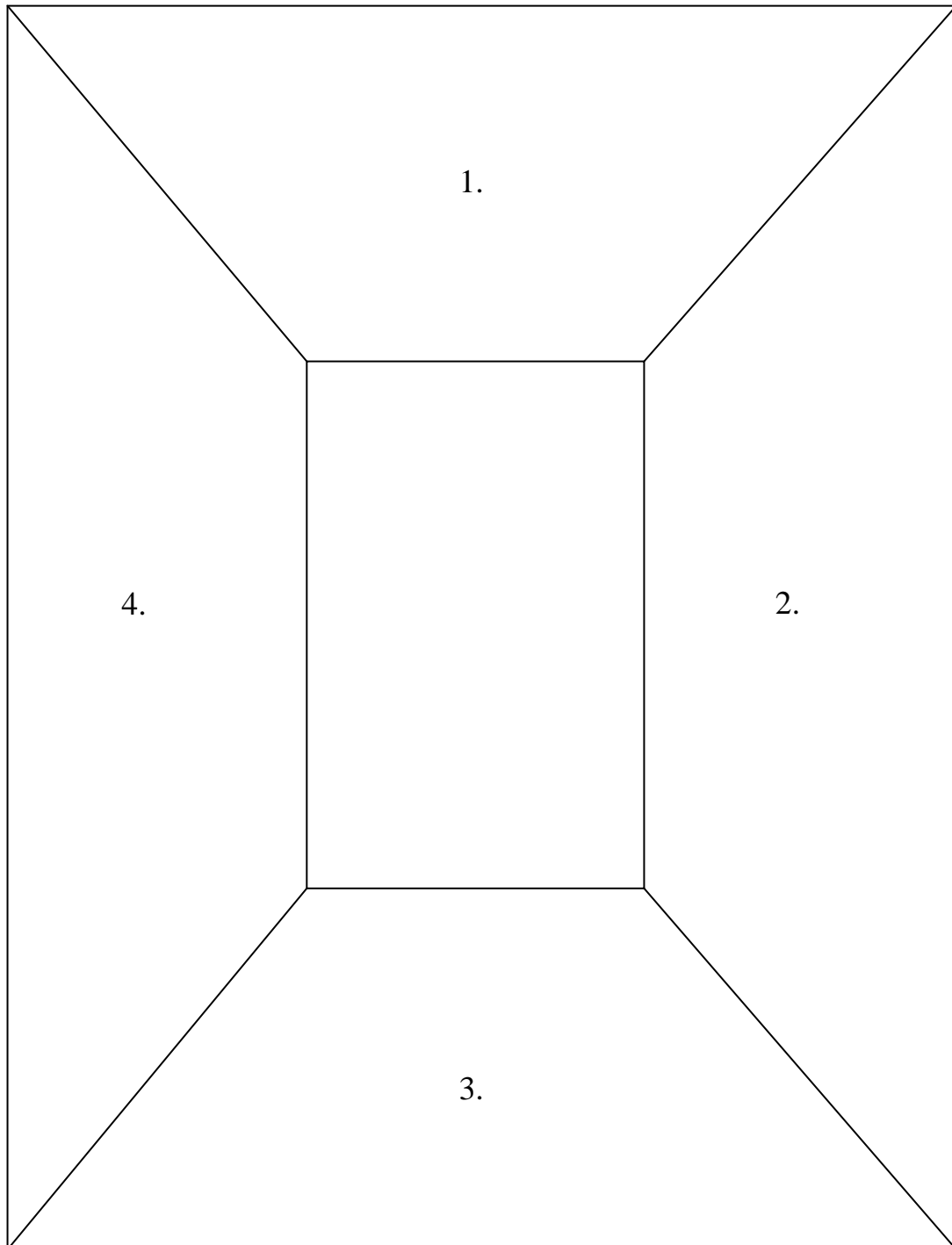
Interaktív nagycsoport

Megbeszélés

-

Beszéljük meg!/ Add a kezéd!/1. melléklet.

## **ABLAK**




Beszéljük meg!/ Add a kezed!/2. melléklet

**„OKOS ENGED, SZAMÁR SZENVED!**

A konfliktusmegoldás menete

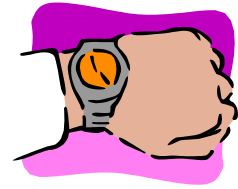
	<b>Miről is van szó?</b>
	<b>Mit lehet tenni?</b>
	<b>Mit tegyünk?</b>
	<b>Döntöttünk!</b>
	<b>Add a kezed!</b>
	<b>Minden rendben!</b>

„OKOS ENGED, SZAMÁR SZENVED!  
konfliktuskártyák

<p>Egy munkatársad folyton a magánéletéről beszél, olyanokat is elmond, amire nem vagy kíváncsi, még a szünetben sem tudsz másokkal beszélgetni.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Munkatárs (aki folyton beszél)</li><li>▪ Munkatárs (akihez folyton beszél)</li><li>▪ Másik munkatárs (aki tanúja ennek)</li><li>▪ Főnök</li></ul> 
<p>Egy munkatársad arra kér, hogy néhány apró tárgyat vigyetek ki a munkahelyről. Tudod, hogy ez tilos. Ám ő megpróbál meggyőzni, hogy meg lehet csinálni anélkül, hogy bárki is észrevenné. Ha nem teszed meg, azt terjeszti rólad, hogy gyáva vagy.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Te</li><li>▪ Munkatársad (aki rá akar venni a lopásra)</li><li>▪ Két másik munkatárs</li></ul> 
<p><input type="checkbox"/> Véletlenül egy szórakozóhelyen barátaidnak kikotyogsz egy munkahelyi titkot, amit a vezetők a lelketekre kötött, hogy nem szabad elmondani, mert a cégnek komoly kára származhat belőle.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ 3 barát</li><li>▪ 1 fecsegő, dolgozó fiatal</li></ul> 

□ Társadalmi munkára mentek egy óvoda játszóterét rendbe tenni. Mindenki pontosan érkezik, csak egy társadra kell majdnem egy órát várnotok, aki ráadásul még a munkából sem veszi ki a részét, csak folyton nektek ad utasításokat, mit csináljatok. Ez benneteket nagyon feldühít.

- 3 dolgozó fiatal
- 1 lusta fiatal





Beszéljük meg!/ Add a kezed!/4. melléklet

## GÖRCSOLDÓ<sup>1</sup>

### Konfliktusmegoldó stratégiák

Jegyezd fel a számát annak a kijelentésnek, amelyik állítással egyetértesz!

1.	Kitartóan képviselem saját véleményemet
2.	Úgy döntök, ahogy a többieknek jó
3.	Megpróbálok olyan megoldást találni, amit mindenki el tud fogadni
4.	Kerülöm a konfliktusokat
5.	Arra törekszem, hogy közösen elemezzük a helyzetet
6.	Próbálok hibákat találni a másik álláspontjában
7.	Harmóniára törekszem
8.	Tárgyalok, hogy javaslataimnak legalább egy része megvalósuljon
9.	Ellentmondásos esetekben kerülöm a veszekedést
10.	Megosztom másokkal, amit tudok
11.	Örülök, ha nekem lesz igazam
12.	Figyelembe veszem mások véleményét
13.	Keresem a megegyezést
14.	Érzéseimet nem mutatom ki
15.	Támogatom a vitákat
16.	Nehezen ismerem el, hogy nincs igazam
17.	Segítek másoknak, hogy meg tudjanak egyezni a vitás kérdésekben
18.	Hangsúlyozom az „adok-kapok” előnyeit
19.	Buzdítok másokat is arra, hogy vegyék át az irányítást a problémamegoldásban
20.	Saját álláspontomat úgy adom elő, mint egyet a sok közül

<sup>1</sup> <sup>1</sup> „Almamater” PHARE HL0008-02-01-0059 Segítő tréning középiskolai pedagógusok számára

Beszéljük meg!/ Add a kezed!/5. melléklet

## GÖRCSOLDÓ

### Konfliktuskezelési stratégiák értékelése

	Versengő Mindig nekem van igazam!	Elhárító Nem az én dolgom.....	Alkalmazkodó Legyen úgy, ahogy akarsz!	Együttműködő Csináljuk együtt!	Tárgyaló Beszéljük meg!
	1	4	2	5	3
	6	9	7	10	8
	11	14	12	15	13
	10	19	17	20	18
<b>Összesen</b>					

Én így oldom meg a konfliktusaimat:

.....

.....

.....

.....



### KONFLKTUSMEGOLDÓ LAP II.

Gondolkozzatok el, a kártyán szereplő konfliktushelyzetben mi a probléma? Kié a probléma? Milyen megoldások lehetségesek? Mi lesz választásod következménye? Melyik a számodra megfelelő megoldás?

Konfliktushelyzet:		
Mi a probléma?		
Kié a probléma?		
Mit lehet  tenni?	Mi lesz a  következménye?	Milyen érzésem lesz?   
1.		
2.		
3.		
4.		
 Számomra megfelelő megoldás:		

### 3. foglalkozásblokk

#### **MOST MUTASD MEG!** **Kommunikációs formák, a hatékony kommunikáció**

Ajánlott korosztály/létszám	14-15 évesek, 10-12 fős csoport
Ajánlott időkeret	2×45 perc
A foglalkozás közvetlen célja	Képi, nonverbális, verbális és írott kommunikációk irányított vizsgálata.
A foglalkozás tartalma	A kommunikációs formák tudatosítása, gyakoroltatása A hatékony kommunikáció jellemzői
A kompetenciafejlesztés fókuszai	Személyes: autonómia, önszabályozás, Kognitív: A szóbeli és az írásbeli szövegértéshez, szövegalkotáshoz kapcsolódó kommunikációs elemek: véleményalkotás, információkezelés, lényegkiemelés, rendszerezés Szociális: személypercepció, figyelem, türelem, kommunikáció, empátia, együttműködés, viselkedési szabályok
Kapcsolódási pontok	Magyar nyelv és irodalom: Anyanyelvi kommunikáció Életvitel és gyakorlati ismeretek: Pályaorientáció Ember és társadalom: társas viselkedési szabályok,
Szükséges előzetes ismeretek:	nincs

### RÁHANGOLÁS

#### Tevékenység 1(A változat)

10 perc

#### **Ki viseli a kalapot?**

##### Tanári instrukciók

- A kosárban kendőket, sapkákat, kalapokat, munkaruhadarabokat találtak!

Válasszatok! Vajon ki viselhette? Mi a foglalkozása a viselőjének? Vedd fel, változz át!

- Beszéljük meg!

##### Munkaforma

##### Módszerek

Interaktív nagycsoport  
tárgyanimáció, improvizációs játék

##### Eszközök

Fejfedők (kendők, sapkák, kalapok, védősisak, védőszemüveg, orvosi köpeny, kantáros nadrág, kötény...stb. )

#### Tevékenység 1(B változat)

10 perc

##### Tanári instrukciók

#### **„Titkos karmester”**

Üljünk körbe, valakit kiküldünk a teremből. Válasszunk egy „karmestert”, és mindannyian az ő pózát vegyük fel. A karmester feladata egy-egy foglalkozáshoz kapcsolódó mozdulat bemutatása. A továbbiakban őt figyeljük, és követjük minden mozdulatát, de úgy hogy a visszahívott játékos ne tudja megtalálni, ki indítja a mozgást. Ha mégis kitalálja, a „karmester” megy ki, és folytatjuk a játékot.

<b>Munkaforma</b>	frontális munka
<b>Módszerek</b>	kommunikációs játék
<b>Eszközök</b>	nincs

## JELENTÉSTEREMTÉS

### Tevékenység 2(A változat)

10 perc

#### Tanári instrukciók

#### Gondolatolvasó

Nonverbális kommunikáció :/személyészelelés

A feladat kezdete előtt ismertessük a tanulókkal, hogy a foglalkozás célja a kommunikáció fejlesztése.

- Arcokat láttok a képe, vajon mit gondolhatnak, mit érezhetnek? Milyen jelekből következtetsz a képen szereplők érzelmeire, gondolatira?
- Mit figyelünk meg egy emberen, akivel először találkozunk?
- Mennyire befolyásolja véleményünket valakinek a külseje, arckifejezése, nézése stb.?
- Mi tehetünk azért, hogy jó benyomást keltsünk olyan emberben, aki nem ismer bennünket?

Feladat a nonverbális kommunikáció értelmezése, elemeinek tudatosítása. A megbeszélést követően a tanár foglalja össze a kommunikációt, a kapcsolatfelvétel verbális és nem verbális elemeit.

Megfigyelési szempontok: arcjáték, mozdulat, tekintet, érintés testtartás, viselet, hangszín, hangerő, térhasználat

#### Munkaforma

#### Módszerek

#### Eszközök

nagycsoportos

Beszélgető kör

Fényképek 1. számú melléklet

### Tevékenység 2(B változat)

10 perc

#### Tanári instrukciók

#### Hogy érzi magát?

- Emberek képeit látjátok a feladatlapon, vajon mit gondolhatnak, mit érezhetnek? Melyiket tetszik, melyik rokonszenves?
- Írd a képek alá az érzelmet!

#### Munkaforma

#### Módszerek

#### Eszközök

egyéni

„Keresd meg...”

Érzelmeket kifejező arcok 2.számú melléklet

### Tevékenység 3(A változat)

15 perc

#### Tanári instrukciók

#### Testbeszéd

- A feladatlapon különböző helyzeteket találtok.

Gondolkozzatok el, hogy ezekben a helyzetekben milyen öltözetet viselnek az emberek, milyen a testtartásuk, hogy viselkednek?

- Próbáljátok kifejezni egy-egy mozdulattal, arckifejezéssel az olvasott helyzetekben adott reakciókat! Menjünk sorban, mindenki mutassa meg a helyzetre jellemző arckifejezést!
- Beszéljük meg közösen, milyen öltözetet viselhetünk ezekben a helyzetekben!

A feladat feldolgozási módját illetően, a csoport képességszintjének figyelembevételével válasszunk az egyéni feladatlapos, illetve a interaktív nagycsoportos megbeszélés módszere között.

Feladat a nonverbális kommunikáció elemeinek tudatosítása, személyészlelés fejlesztése.

Beszéljük meg! Egyezések-különbözőségek

egyéni, frontális

feladatlap kitöltése, megbeszélés

**Munkaforma**

**Módszerek**

**Eszközök**

Feladatlap- Testbeszéd 3. számú melléklet

**Tevékenység 3(B változat)**

15 perc

**Tanári instrukciók**

**Most mutasd meg!**

- Ülünk körbe! A kezdő játékos húzzon egy kártyát, válasszon maga mellé párt (használhatjuk a 3. sz. melléklet szituációit is), és a rajta lévő helyzetet mutogassák el. Aki kitalálja, hogy hol játszódik a jelenet, kik lehetnek a szereplők, illetve éppen mit csinálnak, az folytatja a játékot.

Addig tart a játék, míg mindenkire sor nem kerül.

Feladat a nonverbális kommunikáció gyakorlása.

Interaktív nagycsoport

Kommunikációs játékok (Mutasd meg! Rajzold le! Írd körül!)

**Munkaforma**

**Módszerek**

**Eszközök**

Társasjáték: Aktivitív és/vagy 3. sz. melléklet

**Tevékenység 4**

10 perc

**Tanári instrukciók**

**„Körbe-körbe”**

Kapcsolatfelvétel, verbális kommunikáció

- Válasszatok párt, álljatok párosával körbe, úgy, hogy egyikőtök a belső, másiktok a külső körbe kerüljön. Álljatok egymással szemben! Köszönjete, fogjatek kezete, mutakozzatek be! Ezután lépjetek tovább, és következő társatokkal is ismerkedjetek meg. Addig lépjetek eggyel-eggyel tovább, míg mindenkivel találkoztok!

A játék után beszéljük meg a bemutatkozás szabályait:

- Mire figyelünk a bemutatkozás során?
- Mit tudunk sugározni magunkról egy kézfogással?
- Mit árul el rólunk, ahogy bemutatkozunk, köszönünk?

**Munkaforma**

páros munka, megbeszélés

<b>Módszerek</b>	Külső kör-belső kör
<b>Eszközök</b>	nincs
<b>Tevékenység 5(A változat)</b> 10 perc	<b>Figyelj rám!</b> Hatékony kommunikáció
<b>Tanári instrukciók</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Beszélgetsetek párokkal arról, mi az a három dolog, ami egyformán érdekel benneteket. Egyszerre csak egyikőtök beszéljen, az, akinél a labda van. Aki befejezte mondanivalóját, az átadja társának a labdát.</li> <li>▪ Ha megtaláltátok a mindkettőtöket érdeklő dolgokat, keressetek magatoknak hasonló érdeklődésű párokat (négyfős csoportok alakítása).</li> </ul> <p>A gyakorlat célja az egymásra figyelés gyakorlása. Az értő figyelem, a másik ember felé fordulást, nyitottságot, elfogadást, megértést tükröz, de nem jelent feltétlenül egyetértést is.</p>
<b>Munkaforma</b>	páros munka
<b>Módszerek</b>	társintéjű
<b>Eszközök</b>	labda
<b>Tevékenység 5(B változat)</b> 15 perc	<b>Szóból ért az ember!</b> A hatékony kommunikáció jellemzői
<b>Tanári instrukciók</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Gyűjtjük össze, mikor eredményes a beszédünk, hogyan tudjuk megértetni magunkat és megérteni a másikat?</li> <li>▪ Vitassuk meg a csoportok véleményét!</li> <li>▪ Sorakoztassunk fel érveket álláspontunk alátámasztására! Hallgassuk meg a többieket is!</li> <li>▪ Készítsünk a kulcsmondatokból „szalagcímet”!</li> </ul>
<b>Munkaforma</b>	Rokonszenvi választás alapján szerveződő csoportok, csoportmozaik: interaktív nagycsoport
<b>Módszerek</b>	„Indián beszélgetés”(Ugyanazt másképpen), kooperatív vita
<b>Eszközök</b>	Filctoll, csomagolópapír, Blu-tack
<b>Tevékenység 6.</b> 15 perc	<b>Hirdetőfal</b> Írásbeli kommunikáció, információkezelés, tömegkommunikáció
<b>Tanári instrukciók</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Gyűjtsetek az újságokból hirdetéseket! Keressétek meg, milyen jellemző elemi vannak minden hirdetésnek! Minden csoporttag más szempontot vizsgáljon! <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ A /Jelige</li> <li>▪ B/Elérhetőség</li> <li>▪ C/Fontos adatok</li> <li>▪ D/Jó benyomást keltő közlések</li> </ul> </li> </ul> <p>Az azonos szempontot vizsgálók alkossanak szakértői csoportot, egyeztessék tapasztalataikat, majd visszatérve csoportjukhoz osszák meg eredményeiket a többiekkel!</p> <p>Amennyiben rövidnek találjuk a feladatra szánt időkeretet érdemes – a tanár által – előre összegyűjtött hirdetésekkel</p>



<b>Munkaforma</b>	dolgozni. ▪ Írjatok saját hirdetést! Tegyétek ki a hirdetőfalra! Rokonszenvi választás alapján szerveződő csoportok, kooperatív csoportmunka
<b>Módszerek</b>	Szakértői mozaik
<b>Eszközök</b>	Újságok, olló, ragasztó

## REFLEKTÁLÁS

### Tevékenység 7.

15 perc

#### Tanári instrukciók

#### Munkaforma

#### Módszerek

#### Eszközök

### "Pókháló"

A kommunikáció alapismereteinek összefoglalása a kommunikációs formák csoportosítása, rendszerezése (nem szóbeli - szóbeli-írásbeli)

▪ A kártyákon olyan fogalmakat találtak, amelyekkel a kommunikációs formák megbeszélése során találkozhatok. Csoportosítsd! Keress köztük kapcsolatot!

kooperatív csoportmunka

Mindnap „Kóborlás a teremben”

Kulcsszó kártyák: kommunikációs formák 4. számú melléklet

### Tevékenység 8

5 perc

#### Tanári instrukciók

#### Munkaforma

#### Módszerek

#### Eszközök

### Arcjáték

Visszajelző kör testbeszéddel.

Mindenki egy-egy mozdulattal, arckifejezéssel fejezze ki, hogyan érezte magát a foglalkozáson!

kooperatív csoportmunka

Interaktív nagycsoport

-

Beszéljük meg!/ Most mutasd meg!/1. melléklet.

## GONDOLATOLVASÓ







Beszéljük meg!/ Most mutasd meg!/2. melléklet

### HOGY ÉRZI MAGÁT?

Emberek képeit látjátok a feladatlapon, vajon mit gondolhatnak, mit érezhetnek?  
Melyiket tetszik, melyik rokonszenves? Írd a kép alá az érzelmet!



1.



2.



3.



4.





5.



6.

Beszéljük meg!/ Most mutasd meg!/3. melléklet.

 <b>TESTBESZÉD</b> 			
helyzetek	öltözködés	mozgások, mozdulatok	arckifejezések
Diákok az iskolai dolgozat kiosztásakor			
Vendégek egy vendéglőben			
Gyászolók egy temetőben			
Szülők egy játszótéren			
Vásárlók egy kiárusításon			
Emberek munkába menet az autóbuzson			
Szurkolók egy focimeccsen			
Várakozók egy orvosi rendelőben			
Műsorvezető a televízióban			
Randevúzó fiatalok			



Beszéljük meg!/ Most mutasd meg!/4. melléklet.

### KULCSSZÓ - KÁRTYÁK: KOMMUNIKÁCIÓS FORMÁK

szóbeli kommunikáció	írásbeli kommunikáció	nem szóbeli kommunikáció
hangszín	hír	arcjáték
hangerő	tudósítás	mozdulat
beszélgetés	levél	tekintet
társalgás	meghívó	érintés
előadás	e-mail	testtartás
interjú	szerződés	térhasználat
vita	kérvény	öltözködés



--	--	--

#### 4. foglalkozásblokk

### ÉRTJÜK EGYMÁST

#### Felnőtt viselkedés alapszabályai: kommunikáció, viselkedés

Ajánlott korosztály/létszám	14-15 évesek, 10-12 fős csoport
Ajánlott időkeret	2×45 perc
A foglalkozás közvetlen célja	Verbális és nem verbális kommunikációk irányított vizsgálata. Felnőtt viselkedési alapszabályok: kommunikáció, viselkedés.
A foglalkozás tartalma	A kommunikációs formák tudatosítása, gyakoroltatása A hatékony kommunikáció jellemzői
A kompetenciafejlesztés fókuszai	Személyes: autonómia, önszabályozás, Kognitív: A szóbeli és az írásbeli szövegértéshez, szövegalkotáshoz kapcsolódó kommunikációs elemek: véleményalkotás, információkezelés, lényegkiemelés, rendszerezés Szociális: személypercepció, figyelem, türelem, kommunikáció, empátia, együttműködés, viselkedési szabályok
Kapcsolódási pontok	Magyar nyelv és irodalom: Anyanyelvi kommunikáció Életvitel és gyakorlati ismeretek: Pályaorientáció Ember és társadalom: társadalmi problémák, társadalmi jelenségek ok-okozati összefüggése, emberi és állampolgári jogok, kötelességek, szociálpolitika
Szükséges előzetes ismeretek:	nincs

#### RÁHANGOLÁS

**Tevékenység 1**  
15 perc

#### Csomózd ki!

Kommunikáció, együttes problémamegoldás fejlesztése, hangulatoldás.

#### Tanári instrukciók

Kérjünk két önként jelentkezőt a csoportból, akik kimennek a teremből és egy perc múlva visszajöhetnek majd.

A csoport többi tagját kérjük meg, hogy álljanak körbe, csukják be a szemüket, majd előre nyújtott karokkal induljanak el egymás felé. Mindenki fogjon meg két kezét.

Ha kész a csomó hívjuk be a két önkéntest, feladatuk az összegabalyodott csoporttagok kibogozásának irányítása lesz.

<b>Munkaforma</b>	Több forduló is játszható, minél többen kerüljenek irányító szerepbe.
<b>Módszerek</b>	csoporthmunka Játék
<b>Eszközök</b>	nincs

## JELENTÉSTEREMTÉS

**Tevékenység 2 (A változat)**  
15 perc

### Hallgassuk meg egymást!

A foglalkozás témájának bevezetése. A kommunikáció szabályainak a felnőtt viselkedés alapszabályainak, a közlő és befogadó szerep gyakoroltatása, véleménynyilvánítás és a másik nézőpontjának meghallgatása.

### Tanári instrukciók

Álljanak körbe a csoporttagok. Mondjuk el a tanulóknak, hogy beszélgetni fogunk bizonyos témákról, de lesznek szabályok. A szabály csak az a tanuló beszélhet, mondhatja el véleményét, akinél a labda van. Aki szeretné megkapni a labdát, az kézfelnyújtással jelezheti, hogy szeretne hozzászólni. Mindenkit meg kell hallgatni, közbeszólni tilos.

Vessünk fel témákat, amelyek érdekelhetik a tanulókat. Pl.:

- Melyik a legjobb magyar együttes?
- Melyik a legizgalmasabb akciófilm?
- Melyik lehet a legveszélyesebb foglalkozás?
- Melyik lehet a legérdekesebb munka? ... stb.

A játék után beszéljük meg, ki hogyan élte meg a játékot, a várakozást, hogy szóhoz jusson?

Milyen kommunikációs szabályokra mutat rá ez a feladat?

(Egymás türelmes meghallgatása, nem vágunk bele a másik szavába, a másik véleményének elfogadása, saját vélemény higgadt megfogalmazása... stb.)

**Munkaforma**  
**Módszerek**

csoporthmunka  
Játék

**Eszközök**

Labda, filctoll, csomagoló papír

**Tevékenység 2 (B változat)**  
15 perc

### Hallgassuk meg egymást!

A foglalkozás témájának bevezetése. A kommunikáció

szabályainak a felnőtt viselkedés alapszabályainak, a közlő és befogadó szerep gyakoroltatása, véleménynyilvánítás és a másik nézőpontjának meghallgatása.

### Tanári instrukciók

Válasszanak maguknak párt a csoporttagok és üljenek egymással szembe. Minden pár kap egy tollat. Mondjuk el a tanulóknak, hogy beszélgetni fognak bizonyos témákról, de lesznek szabályok. A szabály csak az a tanuló beszélhet, mondhatja el véleményét, akinél éppen a toll van. Akinél a toll van addig beszél, amíg ki nem fejtette a véleményét, addig a másiknak hallgatnia kell a beszélőt. Amikor elmondta a véleményét a pár egyik tagja, átadja tollat és most ő figyel a másikra.

Vessünk fel témákat, amelyek érdekelhetik a tanulókat. Pl.:

- Melyik a legjobb magyar együttes?
- Melyik a legizgalmasabb akciófilm?
- Melyik lehet a legveszélyesebb foglalkozás?
- Melyik lehet a legérdekesebb munka? ... stb.

A játék után teljes körben beszéljük meg, ki hogyan élte meg a játékot, a várakozást, hogy szóhoz jusson?

Milyen kommunikációs szabályokra mutat rá ez a feladat?

(Egymás türelmes meghallgatása, nem vágunk bele a másik szavába, a másik véleményének elfogadása, saját vélemény higgadt megfogalmazása... stb.)

### Munkaforma

### Módszerek

Pár, interaktív nagycsoport

Játék, megbeszélés

### Eszközök

Toll

### Tevékenység 3

25 perc

## 2 perc a tiéd!

Szóbeli kifejezőképesség jelentőségének megbeszélése.

### Tanári instrukciók

- A csoportvezető magyarázza el a szóbeli kommunikáció jelentőségét. Közös szedjük össze, mi mindenre kell figyelni, amikor beszélünk! Az összegyűjtött szabályokat írjuk fel mindenki számára jól látható helyre csomagoló papírra/táblára!Pl.:
  - hallgassuk végig a másikat
  - ne szóljunk közbe
  - választékosan, szépen, érthetően beszéljünk
  - ne hadarjunk, kapkodjunk, ne beszéljünk túl gyorsan
- A csoportvezető kérje fel a tanulókat, hogy most mindenki két percen beszéljen. (Segítségképp adhatunk témákat pl.: nyári élményről, mit csinált tegnap, egy átlagos napjának eseményeiről).
- Az elhangzottak után a csoporttagok próbálják meghatározni a beszélő hangulatát, az elmondottak érzelmi töltetét (pozitív vagy negatív), valamint azt, hogy milyen információt tudtak meg a történetekből, és

ezekből mire lehet következtetni. Beszéljük meg, hogy milyen jelekből lehet következtetni a beszélő hangulatára.

- Vitassuk meg azt is, hogy az elmondott történeteket nagyobb társaságban, vagy csak baráti, családi körben illik-e megbeszélni.

**Munkaforma**

Interaktív csoportmunka

**Módszerek**

Megbeszélés

**Eszközök**

Stopper óra

**Tevékenység 4**

10 perc

**Tanári instrukciók**

**Munkahelyi kommunikáció**

Felnőtt viselkedés szabályai a munkahelyen.

Egy vezető számára nem csak az a fontos, hogy a beosztott jól ellássa a feladatát, hanem hogy viselkedése, magatartása, kommunikációja is megfeleljen az adott munkahely elvárásainak, szokásainak

Gyakorlat: minden tanuló képzelje el, hogy vezető egy munkahelyen; mindenki mondjon legalább egy elvárást, amit beosztottjával szemben megfogalmazna.

- Miért fontos jól viselkedni a munkahelyen?
- Mire terjedhet ki a viselkedésünk?

Lehetséges válaszok:

- Munkavégzés
- Kollégákkal, főnökkel való viszony
- Céggel szembeni viselkedés
- Üzletben, vásárlókkal szembeni viselkedés
- Kommunikáció (hogyan közlünk valamit, hogyan beszélünk)

A csoporttagok válaszait írjuk fel flipchartra.

A tréner az elhangzottakat összegzi, majd kiemeli a viselkedésre utaló elvárásokat.

**Munkaforma**

Kooperatív csoportmunka

**Módszerek**

Írányított beszélgetés, megbeszélés

**Eszközök**

Flipchart, filctoll

**Tevékenység 5 (A változat)**

20 perc

**Tanári instrukciók**

**Helyzetben vagyok**

Szituációs gyakorlat.

Alakítsunk párokat!

Minden pár húzzon egyet a szituációs kártyákból. A párok feladata eljátszani kétféleképpen a helyzetet, az egyikben udvariasak, kedvesek, figyelmesek a szereplők, a másikban illetlenül, durván kommunikálnak. Kapjanak felkészülési időt a párok a szituációk megbeszélésére.

Az eljátszott helyzetek után beszéljük meg ki hogyan élte meg a feladatot? Milyen érzés volt valakivel beszélni, aki nem udvarias, esetleg durva? Hogyan kell udvariasan, illedelmesen

<b>Munkaforma</b>	kommunikálni?
<b>Módszerek</b>	Pár, interaktív nagycsoport
<b>Eszközök</b>	Helyzetgyakorlat , megbeszélés 1. számú melléklet: Helyzetben vagyok szituációs kártyák

### **Tevékenység 5 (B változat)** **20 perc**

#### **Tanári instrukciók**

#### **Helyzetben vagyok**

Szituációs gyakorlat.

A csoporttagok körben ülve helyezkedjenek el. A kör közepére helyezzünk el két széket egymással szemben. Kérjünk mindenkit, hogy – a hangulatkártyákból választva pl.: vegyen fel unott, undok, félelmet keltő arckifejezést. (A kártyákat a tanulók kiegészíthetik egyéb hangulatokkal, érzelmi állapotokkal.)

Kérjünk két önként jelentkezőt akiknek a feladatuk, hogy beszélgessenek egy filmről vagy könyvről, amit mindketten láttak, olvastak. A két önkéntes üljön a körben elhelyezett székekre és beszéljék meg, miről fognak társalogni.

A beszélgetés megkezdése előtt kérjünk még két önként jelentkezőt, akik a két ülő játékos mögé állnak. Az ő feladatuk, hogy a kapott hangulatkártyákat mutassák fel a velük szemben ülő beszélgetőnek, akinek, amint megpillantják a felmutatott kártyát, abban a stílusban, hangulatban kell folytatniuk a beszélgetést, ami a kártyán szerepel.

Egy beszélgetés kb. 2 percig tartson. A beszélgetést követően a beszélgetők, próbálják kitalálni, milyen hangulatokban kommunikált velük a beszélgetőpartnerük. Kérdezzünk rá minden kör után a beszélgetőktől, hogy mikor alakult legjobban a beszélgetés? Több kört játszunk, minél több stílust tapasztaltassunk meg. Fontos annak tudatosítása, hogy nincs egy jó megoldás – ahányan vagyunk, annyifélek.

#### **Munkaforma**

#### **Módszerek**

#### **Eszközök**

Pár, interaktív nagycsoport

Helyzetgyakorlat , megbeszélés

2. számú melléklet: Hangulatkártyák

## **REFLEKTÁLÁS**

### **Tevékenység 6**

5 perc

#### **Tanári instrukciók**

### **Visszajelzés adok, kapok**

Visszajelző kör, érzések, élmények megfogalmazása.

Mi mindent tudtatok ma meg magatokról?

Hogyan éreztétek magatokat?

Melyik feladatot találtátok a legérdekesebbnek a mai foglalkozáson és miért?

**Munkaforma**  
**Módszerek**

Interaktív nagycsoport  
Megbeszélés

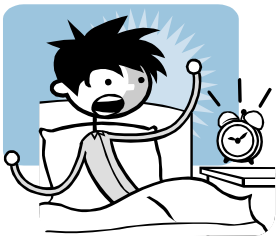


**Eszközök**




-

Beszéljük meg!/ Értjük egymást/1. melléklet.

## HELYZETBEN VAGYOK



Szituációs kártyák

	<p><b>A munkavállaló elkészik a munkahelyéről, a főnöke mérges ezért. Éppen most beszélgetnek erről.</b></p>
	<p><b>Egy élelmiszerboltban egy vásárló érdeklődik az eladótól, hogy hol találja a sajtokat.</b></p>
	<p><b>A főnök szól a munkavállalónak, hogy igyekezzen a feladatával, mert holnapra kész kell lennie a munkájával.</b></p>
	<p><b>A vasútállomáson egy utas megkérdezi a kalauzt, hogy mikor indul a budapesti vonat.</b></p>

	
	<p>Egy állásinterjún bemutatkozik a vezető és a munkavállaló, aki az interjúra ment.</p>
	<p>A buszon egy utas rosszul érzi magát és megkér egy másik utast, hogy adja át a helyét.</p>

Beszéljük meg!/ Értjük egymást/2. melléklet.

### HANGULATKÁRTYÁK

	<p>UNOTT</p>
	<p>KÍVÁNCSI</p>
	<p>SZOMORÚ</p>



AGRESSZÍV

KEDVES

HANGOS

LAZA

UNDOK