



IV. modul

EGYEDÜL NEM MEGY!

- 1. Figyelj rám!**
- 2. Erőszakik**
- 3. Te is más vagy, te sem vagy más**

Egyedül nem megy!

Kapcsolatok a világban

MODULLEÍRÁS

A modul célja	Az asszertív önérvényesítés és toleráns közösségi magatartás formáinak gyakorlása, a szociális felelősségvállalás megalapozása.
Időkeret	6 óra
Ajánlott korosztály	9. évfolyam (14-15 évesek)
Következő modul	Kell egy csapat!
A modulban szereplő foglalkozások	1. Figyelj rám: Asszertív önérvényesítés 2. Erőszakik: agresszív önérvényesítés 3. Te is más vagy, te sem vagy más! Mások elfogadása,/tolerancia
Modulkapcsolódási pontok	Életvitel és gyakorlati ismeretek: <ul style="list-style-type: none">▪ Pályaorientáció Magyar nyelv és irodalom: <ul style="list-style-type: none">▪ Anyanyelvi kommunikáció▪ Szövegalkotás, szövegelemzés▪ Véleményalkotás, értékelés, érvelés, vita, Ember és társadalom: <ul style="list-style-type: none">▪ Személyiségünk: szerepek, kapcsolatok,▪ Kritikai gondolkodás▪ Társadalmi szolidaritás
A kompetenciafejlesztés fókuszai	Önismeret: Pozitív önértékelés, önérvényesítés, a saját felelősség megfogalmazása Információkezelés: szövegelemzés, lényegkiemelés, szövegalkotás, információ-megosztás, verbális és vizuális információk felhasználási képessége, Önmeghatározás: Helyzetelemzés, helyzetértékelés, önelemzés igénye. Kooperáció, alkalmazkodás, együttműködési készség, Cél- és feladatismeret. véleményalkotás, értékelés, érvelés. Együttműködés: Asszertív kommunikáció, mások elfogadása szociális viselkedési normák, társadalmi szerepek, szolidaritás, aktív társadalmi részvétel.

MÓDSZERTANI AJÁNLÁS:

A tanterem elrendezése:

Hasonlóan az előbbi modulokhoz, fontos, hogy a csoporttagok állandó kapcsolatban legyenek egymással. A frontális teremrendezés, a térbeli akadály a gondolkodást, képzeletet is korlátozza, merev, formális gondolkodáshoz, sztereotípiák megjelenéséhez vezet. A feladatvégzés alapja ebben a modulban is a tanuló érdeklődése, az egyéni gondolkodása, kreativitása, aktivitása az egyéni, páros és csoportos feladatmegoldások során, feladattudata, problémamegoldó készsége, eszközhasználata, kitartása, együttműködése stb. legyen.

Legyen lehetőség a csoportok és az egyének érzéseinek, gondolatainak, kéréseinek közzétételére is. Szükséges egy „üzenő-fal”, ahova a csoportüzeneteket kitűzhetjük (esetleg több napig is fenn maradhatnak).

A foglalkozások módszertana:

A modul központjában az asszertív kommunikáció és az agresszív önérvényesítés személyes, közösségi és társadalmi szintű megnyilvánulási formáinak tudatosítása, saját élményű megtapasztalása áll. Az asszertivitás, képessé teszi az egyént arra, hogy szorongás nélkül kiálljon az érdekeiért, hogy szabadon és őszintén kifejezze az érzéseit, gondolatait, hogy saját jogait mások jogainak megsértése nélkül legyen képes gyakorolni.

Az erőszakmentes önérvényesítés lehetőségének tudatosítása és formáinak gyakorlása különösen fontos a program célcsoportjában.

Sokan elszenvedői a családban gyermekek ellen elkövetett erőszaknak, esetenként ugyanezek a közösségi tereken elkövetett erőszak gyakorlói, vagy elszenvedői.

Önértékelési problémáik, érzelmi labilitásuk okán könnyen választhatnak deviáns, esetleg bűnelkövető preferenciacsoportot.

A szociokulturális hátránnyal, egzisztenciális és megélhetési problémákkal küzdő családi háttérrel, a kisebbségi lét problémáival terhelt fiatalok

AZ ÉRTÉKELÉS MÓDJA:

Az értékelés ajánlott formái:

- A foglalkozások során gyakran adjunk szóbeli értékelést az egyének és a csoportoknak egyaránt
- Az értékelésnek pozitívan motiváló hatásúnak kell lennie, erősítse a tanulók önbizalmát, aktivitását
- A foglalkozások során maga a tevékenység, az elvégzett feladat, a megismerés öröme ad visszajelzést, megerősítést, s további motivációt.
- A foglalkozások során többször szerepet kap az önértékelő eljárások alkalmazása
- Az a viszonylagos önállóság, amellyel az önértékelési eljárásokkal a tanulók képesek dolgozni, erősíti az önbizalmukat, fejleszti az önértékelésüket.

Ebben a modulban különösen fontos a megjelenő agresszív önérvényesítő magatartás kritikai elfogadása. A direkt elutasítás és minősítés az elutasítást váltaná ki, míg a sajátélményű feldolgozás lehetőséget ad a negatív viselkedésminták elemzésére, és az agresszív önérvényesítés következményeinek felmérésére, tudatosítására.

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
- Dr. Katona Nóra: *Vázlatok és feladatlapok a pályaválasztást előkészítő foglalkozásokhoz a 7-10. évfolyamon*, Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest 1999.
- Dr. Szilágyi Klára: *Keressünk együtt pályát!* Kollégium Tanácsadó, Szolgáltató Kft, Budapest 2003.
- 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.
- 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*, Önkönet 2000.
- Knausz Imre: *A tanítás mestersége*. (Egyetemi jegyzet. Iskolafejlesztési Alapítvány, Miskolc, 2001)
- Pályorientáció módszertani kézikönyv csoportvezetők számára*. (Szerk. Dr. Szilágyi Klára, Hajdú Annamária) Kollégium Tanácsadó, Szolgáltató Kft., Budapest, 2002.
- Ranschburg Jenő dr.: *Félelem, harag, agresszió* Nemzeti Tankönyvkiadó, 2004
- Rudas János: *Delfi örökösei*, Gondolat, 1990.
- Sütőné Koczka Ágota (2005): *Szociális készségek fejlesztése kamaszkorban*. Trefort Kiadó, Budapest.
- Tóth László: *Pszichológia a tanításban*. Pedellus Kiadó, Debrecen, 2000.

Ajánlott objektumok:

- osztalyfonok.hu:
- gondolatiterkep.lap.
- milegyek.hu:
- necc.hu:
- palyaorientacio.lap.hu
- palya.hu:
- epalya.hu
- palya.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.

Szakmainfó Pályatervező (Szakmainformációs és pályatervező szoftver és tanári kézikönyv) Készült a Szakiskolai Fejlesztési Program keretében a Nemzeti Szakképzési Intézet megbízásából 2006.

Válasszunk pályát! CD Kollégium Tanácsadó, Szolgáltató Kft, Budapest 2000.
www.palyanet.hu

1. foglalkozásblokk

FIGYELJ RÁM! Önérvényesítés/asszertivitás

Ajánlott korosztály/létszám	14-15 évesek, 10-12 fős csoport
Ajánlott időkeret	2×45 perc
A foglalkozás közvetlen célja	Az asszertív önérvényesítő kommunikáció formáinak tudatosítása, gyakorlása.
A foglalkozás tartalma	Önképviselés Pozitív és negatív érzéseink kommunikációja Az asszertív kommunikáció jellemzői
A kompetenciafejlesztés fókuszai	Személyes: Önismeret: érzelmek azonosítása, autonómia, önszabályozás, önérvényesítés Kognitív: véleményalkotás, anyanyelvi kommunikáció, vitakészség Szociális: empátia, figyelem, együttműködés, mások előnyben részesítése, 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.
10 perc

Tanári instrukciók

Munkaforma
Módszerek

Köszönöm!

A foglalkozás céljának bemutatása

A kártyákon képeket és feliratokat találtak, Az azonos kártyákat húzók alkossanak párokat!

Hozd társad tudomására, hogy hálás vagy neki azért, amit tett,

és örömet szerzett Neked. A húzott kártyákon találjátok, a helyzeteket, melyekért köszönetet mondhattok a párotoknak. Mondanivalódat erősítsd meg az alkalomhoz illő gesztussal: mosoly, kedves hang, érintés, stb.

Nagycsoportos megbeszélés: Mít éreztetek?

Pozitív érzéseink kifejezése másokat arra ösztönöz, hogy kedvünk szerint viselkedjenek

páros

Helyzetgyakorlat,

Eszközök

1. számú melléklet: Képkártyák

JELENTÉSTEREMTÉS

Tevékenység 2(A változat)

10 perc

Tanári instrukciók

Ebben jó vagyok!

Mindenki írjon magáról három olyan dolgot, amihez ért, amire büszke lehet. A cédulát dobjuk bele egy kalapba, majd keverjük össze, és mindenki húzzon egyet közülük. Találjuk ki, kiről van szó!

Munkaforma

Interaktív nagycsoport

Módszerek

Beszélgető kör

Eszközök

Cédulák, ceruza, kalap/doboz

Tevékenység 2(B változat)

10 perc

Tanári instrukciók

Ötöt egy csapásra!

Saját értékek közvetítése.

Írd a tenyeredbe, amit fontosnak tartasz magadban! Színezd ki! Rendezzünk kiállítást!

Munkaforma

egyéni

Módszerek

feladatlap

Eszközök

2. melléklet: Tenyér-rajz

Tevékenység 3

15-20 perc

Tanári instrukciók

Üzenetek tőlem neked

Én-üzenetek megfogalmazása.

Az én-üzenet eszköz, arra, hogy megmutassuk, miként viszonyulunk az adott problémához. Tudatni lehet a másik személlyel, hogy mit érzünk az adott helyzetben, anélkül, hogy szavaink bántók vagy sértők lennének. Módot ad a saját szándék világos, egyértelmű közlésére.

Szituációs példa a tanári magyarázathoz:

A két óra közötti szünetben szeretnél kicsit felkészülni a következő órára, mert tudod, hogy felelni fogsz. A padtársad viszont folyamatosan beszél hozzád, ezért nem tudsz tanulni.

Megfelelő én-üzenetek:

- Nekem fontos lenne és sokat segítene, ha most nem beszélgetnénk, mert szeretnék készülni a következő órára. Az óra után szívesen beszélgetek veled, rendben?
- Most zavar, hogy beszélsz hozzám, mert szeretnék készülni az órára. Nekem jobb lenne, ha az óra után beszélnének meg ezt a dolgot.

A tanári magyarázatot követően alakítsunk kis csoportokat. A csoportok kapjanak egy listát, melyen szituációk olvashatóak. Ezekhez a helyzetekhez kell én-üzeneteket írniuk. A

Munkaforma megoldásokat beszéljük meg a teljes csoportban.
Módszerek Kiscsoport, interaktív nagycsoport
Feladatlap, megbeszélés

Eszközök 3. számú melléklet: Üzenetek tőlem neked

Tevékenység 4
20 perc

Tanári instrukciók

Jogom van hozzá!

Jogaink az önérvényesítéshez

- Álljatok fel, szabadon mozogjatok a teremben. Tekintetteddel válassz magadnak párt! Ha a választottad elfogad párnak, akkor ti ketten együtt fogtok dolgozni.
- Válasszatok egy kártyát, olvassátok el, ami rá van írva, beszéljétek meg!

Nagycsoportos megbeszélés: Mi a véleményed?

- Voltál-e már olyan helyzetben, amikor szükséged volt a kártyádon szereplő jogod érvényesítésére?
- Játsszátok el!

Munkaforma
Módszerek

Páros munka, nagycsoportos munka
Beszélgető –kör, szituációs játék

Eszközök

4. számú melléklet: Asszertív jogok listája

Tevékenység 5
10 perc

Tanári instrukciók

Segítő kommunikáció

Én-üzenetek gyakoroltatása szituációk eljátszása során.

A csoporttagok alkossanak párokat, s a párok válasszanak egyet a 4. számú melléklet szituációi közül. Játsszák el a párok a helyzeteket, majd közösen vitassuk meg, mire kell figyelni, hogyan kell viselkedni, illetve az én-üzeneteket használni az ilyen szituációkban.

Munkaforma
Módszerek
Eszközök

Páros, interaktív nagycsoport
Szerepjáték, megbeszélés

5. számú melléklet: Segítő kommunikáció – szituációs kártyák

REFLEKTÁLÁS

Tevékenység 6
20 perc

Tanári instrukciók

Sírás-nevetés

- Mindenkiel történnek olyan dolgok, amik jó érzéssel töltenek el bennünket, de olyanok is, amik rosszul esnek. Ezekben táblázatokba ezekről a jó és rossz érzéseidről írhatasz!
- Beszéljük meg! Hogyan közlöd társaiddal örömet,

Munkaforma	bánatodat?
Módszerek	Egyéni, interaktív nagycsoport Feladatlap, megbeszélés
Eszközök	Feladatlap: 6-7. számú melléklet

Tevékenység 7
5 perc

Tanári instrukciók

Én-üzenetem a mai napról

Visszajelzés, értékelés.

- Fejezzétek be a mondatot:

Nagyon örülök, hogy a mai foglalkozáson.....

Az tetszett a mai foglalkozásban, hogy

Munkaforma

Módszerek





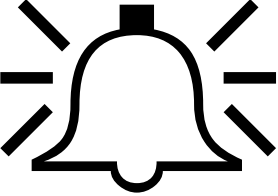
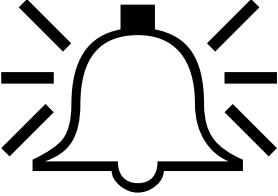










Interaktív nagycsoport

Megbeszélés

Eszközök

-

KÁRTYÁK PÁR,-ÉS CSOPORTALAKÍTÁSHOZ

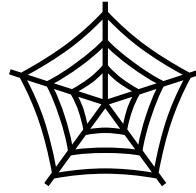
 <p>Köszönöm, hogy előre engedté a sorban, amikor siettem!</p>	 <p>Köszönöm, hogy előre engedté a sorban, amikor siettem!</p>	 <p>Köszönöm, hogy megvédtél!</p>	 <p>Köszönöm, hogy megvédtél!</p>
 <p>Köszönöm, hogy segítté a befejezni a munkát!</p>	 <p>Köszönöm, hogy segítté a befejezni a munkát!</p>	 <p>Köszönöm az újévi jókívánságokat!</p>	 <p>Köszönöm az újévi jókívánságokat!</p>
 <p>Köszönöm, hogy segítté bejutni erre a munkahelyre!</p>	 <p>Köszönöm, hogy segítté bejutni erre a munkahelyre!</p>	 <p>Köszönöm, hogy helyettesíteté a betegségem alatt!</p>	 <p>Köszönöm, hogy helyettesíteté a betegségem alatt!</p>
 <p>Köszönöm, hogy segítté hazahozni a csomagjaimat!</p>	 <p>Köszönöm, hogy segítté hazahozni a csomagjaimat!</p>	 <p>Köszönöm, hogy figyelmezteté az időre, majdnem elkéstem!</p>	 <p>Köszönöm, hogy figyelmezteté az időre, majdnem elkéstem!</p>



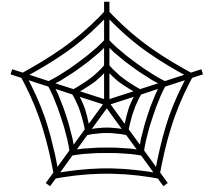
Köszönöm az
útbaigazítást!



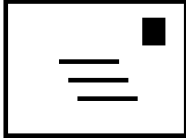
Köszönöm az
útbaigazítást!



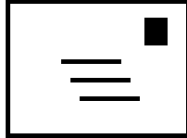
Köszönöm, hogy
mehívtál egy
teára!



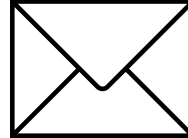
Köszönöm, hogy
mehívtál egy
teára!



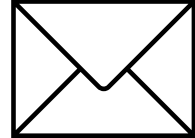
Köszönöm, hogy
feladtad az én
leveleimet is!



Köszönöm, hogy
feladtad az én
leveleimet is!



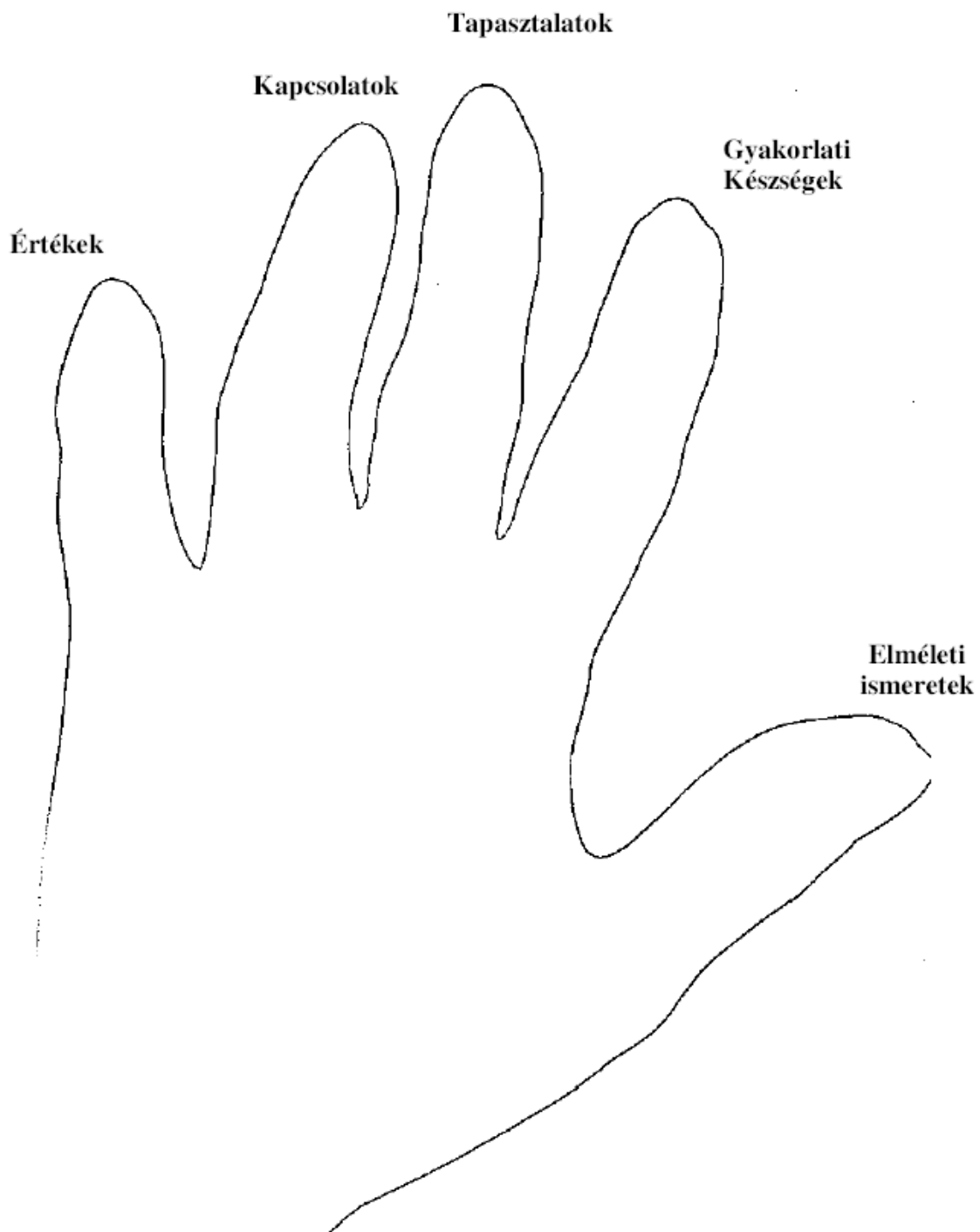
Köszönöm, hogy
figyelmeztettél,
hogy munkavégzés
előtt vegyem le az
órámot!



Köszönöm, hogy
figyelmeztettél,
hogy munkavégzés
előtt vegyem le az
órámot!

Egyedül nem megy/Figyelj rám!/2. melléklet

„ÉN-KÉZ”¹



¹ ¹ „Almamater” PHARE HL0008-02-01-0059 Segítő tréning középiskolai pedagógusok számára

Üzenetek tőlem neked



Fáradtan érsz haza iskola után, és a kishúgod rögtön
Az öledbe mászik, játszani szeretne veled.

Én- üzenet:



Kollegád ebédidőben kiment a boltba ennivalót venni,
és mindenkit megkérdezett, hogy kinek mit hozzon,
téged nem.

Én- üzenet:



Kollegáid csúfolmak, mert szerintük nem öltözöl elég
divatosan.

Én- üzenet:



Barátoddal megbeszéltétek, hogy együtt mentek
moziba. A mozi előtt találkoztatok volna, de ő nem
jött el és nem is szólt előre, hogy nem fog jönni.





Én- üzenet:



Asszertív jogok listája

- ☺ Jogod van ahhoz, hogy kifejezd saját érzéseidet és véleményedet.
- ☺ Jogod van ahhoz, hogy nemet mondj, anélkül, hogy büntudatot éreznél.
- ☺ Jogod van ahhoz, hogy hibát kövess el, és vállald a következményeket
- ☺ Jogod van ahhoz, hogy ne élj a jogaiddal.
- ☺ Jogod van ahhoz, hogy tisztelettel bánjanak veled.
- ☺ Jogod van ahhoz, hogy megváltoztasd a véleményedet.
- ☺ Jogod van ahhoz, hogy megállapítsd, mi fontos neked, és mi nem.
- ☺ Jogod van ahhoz, hogy azt mondd: nem tudom.
- ☺ Jogod van ahhoz, hogy meghallgassanak és komolyan vegyenek.
- ☺ Jogod van ahhoz, hogy kérjed, amit szeretnél.

Segítő kommunikáció - szituációs kártyák

	<p>Első napodat töltöd a munkahelyeden. Nem tudod, hol találsz az öltözőszekrényeket. Kérd meg az egyik munkatársadat, hogy segítsen!</p>
	<p>Munkatársad megkért, hogy másnap helyettesítsd, mert ő valami miatt nem tud bejönni. Te viszont aznapra már hetekkel ezelőtt vendégségbe ígérkeztél. Udvariasan mondd nemet a kollega kérésére!</p>
	<p>Munkatársaid focizni hívtak ma délutánra. Még a múlt héten megígérted, hogy ott leszel, de ma nagyon megfájdult a fejed, mégsem szeretnél elmenni ma focizni. Mond meg nekik, hogy megváltozott a szándékod, mégsem szeretnél elmenni ma focizni.</p>
	<p>Valamit elrontottál a munkahelyeden, ezért kollegád Csúnyán kiabált veled a többiek előtt. Kérd meg, hogy Ilyet többé ne tegyen, ezen túl tisztelettel beszéljen veled.</p>

2. foglalkozásblokk

ERŐSZAKIK

Agresszív önérvényesítés

Ajánlott korosztály/létszám	14-15 évesek, 10-12 fős csoport
Ajánlott időkeret	2×45 perc
A foglalkozás közvetlen célja	Az agresszív önérvényesítés gyakorlatának megélése, elemzése, az erőszak romboló hatásának tudatosítása, elutasítása.
A foglalkozás tartalma	Verbális agresszió Agresszió a családban Agresszió az iskolában Agresszió közösségi tereken
A kompetenciafejlesztés fókuszai	Személyes: Önismeret: érzelmek azonosítása, autonómia, önszabályozás, Kognitív: véleményalkotás, anyanyelvi kommunikáció vitakészség Szociális: empátia, együttműködés, aszertív kommunikáció viselkedési szabályok
Kapcsolódási pontok	Magyar nyelv és irodalom: Anyanyelvi kommunikáció Életvitel és gyakorlati ismeretek: Pályaorientáció Ember és társadalom: társadalmi normák, deviancia, igazságszolgáltatás, szociálpolitika
Szükséges előzetes ismeretek:	nincs

RÁHANGOLÁS

Tevékenység 1

10 perc

Igen-nem

A foglalkozás témájára való ráhangolódás: erőszakos önérvényesítés. A játék kezdete előtt ismertessük a foglalkozás témáját.

Tanári instrukciók

- Járjatok szabadon a teremben és találkozzatok egymással! Álljatok egymás elé, és mondjátok azt: IGEN! Társatok erre csak azt válaszolhatja: NEM! Minden találkozásnál próbáljátok egyre harciasabban, indulatosabban, agresszívebben mondani a szavakat!
- Beszéljük meg! Ki volt a legindulatosabb? Miben nyilvánul meg, ha valaki ingerült, indulatos? Hogyan beszél? Milyen érzés volt, amikor rád kiabáltak, indulatosak voltak veled szemben?

Munkaforma

páros

Módszerek

Játék, megbeszélés

Eszközök

nincs

JELENTÉSTEREMTÉS

Tevékenység 2

20 perc

Tanári instrukciók

Munkaforma

Módszerek

Eszközök

Kötélhúzás

Verbális agresszió

- A kártyákon szereplő mondatok hallatán, biztosan ti is „felkapjátok a vizet”. Mit válaszolnátok? Mit csinálnátok? Hogy mondtátok volna másképp?

- Játsszátok el!

A párok egymás után bemutatják megoldásukat.

Megbeszélés: a verbális agresszió tudatosítása.

Páros munka,

Helyzetgyakorlat, akvárium

1.számú melléklet: kulcsmondat-kártyák

Tevékenység 3

20 perc

Tanári instrukciók

Munkaforma

Módszerek

Eszközök

Szétrobbanok!

Kérdőív az agresszív önérvényesítésről

- A feladatlapon különböző helyzeteket írunk le, amelyekben az emberek sokféleképpen reagálhatnak. A válaszlehetőségek közül jelöld be, a számodra megfelelő megoldást!

Egyéni feladatlap kitöltése, konstruktív megoldások megbeszélése

Egyéni, megbeszélés

feladatlap

2.számú melléklet: feladatlap

Tevékenység 4

30 perc

Tanári instrukciók

Munkaforma

Módszerek

Eszközök

Erőszakik

Erőszak a családban - Erőszak az iskolában - Erőszak a közösségi színtereken – Erőszak a munkahelyen

Az agresszív helyzetekről beszámoló szövegrészeket tartalmazó helyzetkártyákat annyi példányban készítjük el, hogy a csoport létszámától függően, 3-4 fős csoportok jöjjenek létre.

A szövegrészek közül úgy válogassunk, hogy az agresszió megjelenésének minden területe képviseltesse magát.

- A szövegrészekben olyan helyzetekről olvashattok, amelyek sajnos megtörténtek. Olvassátok el, és gondoljátok át az alábbi szempontok szerint:

- Egy mondatos helyzetjelentés
- Mi lehet az oka?
- Mit lehet tenni?
- Hallgassuk meg egymást!

Az „Ablak”-ba először mindenki írja be a saját gondolatait, középre a csoport közösen kialakított vélemény kerüljön.

A megbeszélés során ügyeljünk arra, hogy „ne szabaduljanak el” az indulatok.

Csoportmunka, interaktív nagycsoport

Szövegfeldolgozás

Ablak, megbeszélés

3-4. számú melléklet

REFLEKTÁLÁS

Tevékenység 5

5 perc

Jóságos manó

Tanári instrukciók

Mindenki felírja a nevét egy cédulára. Összehajtva berakjuk egy dobozba, és ebből húz mindenki egy nevet, amelyet nem árulhat el. A cédulát meg kell őrizni. Ezután következik a játék magyarázata: mindenki annak a jóságos manója lesz, akinek a nevét húzta. Egy hétig vigyáz a „védencére”, jelét adja törődésének, segíti, megvédi. Különösen törődik vele. Célszerű, hogy a csoportvezetőnek legyen egy listája a jóságos manóról és társaikról, hogy meg lehessen figyelni a heti eseményeket. Egy hét múlva megbeszélés. Ki mit érzett, rájött-e, hogy ki volt az ő jóságos manója.

Munkaforma

Interaktív nagycsoport

Módszerek

játék

Eszközök

Cédulák

Tevékenység 6

5 perc

Mond el, amit gondolsz!

Visszajelző kör, érzések, élmények megfogalmazása.

Tanári instrukciók

Mi mindent tudtatok ma meg magatokról?

Hogyan éreztétek magatokat?

Melyik feladatot találtátok a legérdekesebbnek a mai foglalkozáson és miért?

Munkaforma

Interaktív nagycsoport

Módszerek

Megbeszélés

Eszközök

-

KÖTÉLHÚZÁS

	Már megint nagyon lassan dolgozol!
	Nem igaz, hogy nem tudsz pontosan beérni!
	Állandóan eldumálsz a munkaidődet!
	Te vagy a főnök kis kedvenckéje!
	Felfogtad végre, amit mondtam?
	Hányszor mondjam még, hogy ne az én asztalomra tedd a cuccaidat!
	Annyira rosszul dolgozol, hogy most miattad kell túlóráznunk!
	Semmit nem lehet rád bízni, mindent elrontasz!
	Nem kell itt stréberkedni, hagyd már abba a munkát!



Azt hiszed, te mindent jobban tudsz nálunk?



Ez nem volt valami udvarias tőled”



Mindig úgy van, ahogy te akarod!



Soha nem vagy rám tekintettel!



Én megmondtam, de te soha nem hallgatsz rám!



Ennyit sem lehet rád bízni?

SZÉTROBBANOK!

A feladatlapon különböző helyzeteket írunk le, amelyekben az emberek sokféleképpen reagálhatnak. A válaszlehetőségek közül jelöld be, a számodra megfelelő megoldást!

1. Beszélgetésed a legjobb barátoddal/barátnőddel veszekedéssel ér véget.



- Hagyod, hogy lenyugodjanak a kedélyek, és megvárod, míg a barátod újra megkeres.
- Elgondolkodsz, hogy mennyiben vagy hibás a veszekedésben.
- Felhívod a barátod, és elnézést kérsz a veszekedésért.

2. Ok nélkül leszid a tanárod



- Nem mutatod ki a dühödöt a tanárodnak.
- Vársz egy kicsit, míg lenyugszik, és később megpróbálsz elmagyarázni neki, miben tévedett.
- Felkapja a vizet az igazságtalanságon, és megmondod neki a magadét

3. Barátaid hajba kapnak előtted.



- Úgy gondolsz, ez az ő dolguk, rájuk kell hagyni, hogy megoldják.
- Megpróbálsz kibékíteni őket.
- Nem szereted a veszekedést, inkább otthagysz őket.

4. Az utcán egy autós feldühödött, és szitkokat szórt rád



- Megpróbálsz megnyugtatni magad
- Mérgesen visszakiabálsz
- Azt gondolsz: biztosan rossz napja van, azért mérges

5. Egy társad „beszól” neked



- Úgy teszel, mintha nem hallanád
- Megvered
- Megkérdezed, mi baja

6. Lelőkték az új kabátodat



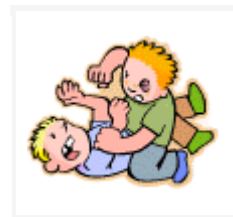
- Gyorsan felveszed
- Ráparancsolsz, arra, aki lelökte, hogy azonnal vegye fel
- Te is lelököd a társad kabátját

GYEREKEK ELLENI ERŐSZAK-CSALÁD²



⊗ „Néha jó volt odahaza, főleg akkor, amikor dolgozott vagy kocsmában volt az apám. . Mindig féltem, hogy mi vár rám otthon. Ha az apám nagyon betintázott, akkor ordított. Sose hívott a keresztnevemen. Általában kis szarosnak nevezett. Hát ilyen volt az életem.”

⊗ „Se jó, se szép, se rendezett nem volt az életünk. Az apám rendszeresen vert, nagyon féltem. Az anyám nem tett ellene semmit. Nem is tehetett sok mindent, őt is verte az apám. Tanulni utálok, a suliban senki sem szeret.”



ERŐSZAK AZ ISKOLÁBAN³

⊗ Az osztályba új fiú érkezett. Vézna, gyenge fizikumú, amolyan kedves balektípus. A vagány fiúk hamar „rászálltak”, kezdetben csak csúfolták, ugratták, később végigrugdosták a táskáját a folyosón, összetaposták a holmijait. Az utóbbi időben rendszeresen verték.

⊗ A tizenhat éves Ákossal állandó gond van, durva, diáktársaival, tanáraival. Nem készíti el feladatát, nem hozza el felszerelését az iskolába. Mikor számon kérték házi feladatát, nem volt hajlandó odaadni az ellenőrzőjét, és minősíthetetlen hangon ordított a tanárral. Az osztályfőnök elbeszélgetett a fiúval, aki elmondja, hogy az igen agresszív apja gyakran zaklatja őket, sokszor éjszaka és szinte mindig ittasan. Előző éjszaka is ez történt. Ákos kétségbeesésében elrohant egy barátjáékhöz, de oda sem tudott bemenni, a kapu zárva volt. Kiment a vasútállomásra, de elzavarta egy rendőr. Végül egy teherautó platóján töltötte az éjszakát, onnan ment iskolába reggel, természetesen felszerelés nélkül.

² Hegedűs Judit: A gyermekek ellen elkövetett erőszak

[Új Pedagógiai Szemle](#) [Szemle 2000/04](#)

³ Fülöpné Böszörményi Aliz Agresszió a gyermekintézményekben

[Új Pedagógiai Szemle](#) [2003/01](#)

AGRESSZIÓ KÖZÖSSÉGI TEREKEN⁴



⊗ Tavaly januárban két fiútámadt egy férfira a budapesti Kálvária térnél. Megrugdosták, többször megütötték és kést szúrtak a mellkasába. A fiúkat nemsokára elfogták, ők részletes beismerő vallomást tettek, de valódi okot nem tudtak megjelölni, inkább "heccelni" akarták a férfit, akit ismertek, mert közel lakott hozzájuk.

⊗ Decemberben egy diósgyőri kisboltot próbált kirabolni két gyerek, a rendőrségi megfogalmazás szerint "megrögzött, sokszorosán visszaeső bűnözőket megszegyenítő elvetemültséggel". Az egyik, sísapkát viselő fiú dulakodni kezdett a boltosnővel, késsel az arcába vágott, de az asszony meghátrálásra kényszerítette.

AGRESSZIÓ A MUNKAHELYEN⁵



⊗ Péter 21 éves fiatalember. Egy benzinkútnál dolgozik, autómosóként. Munkatársaival eleinte jó kapcsolatban volt. Sokat viccelődtek. Idővel azonban ezek az ártatlan tréfák elfajultak. Péter ennivalóját rendszeresen elvették a munkatársai, ezért egész nap éhezett. Biciklijét, amivel minden nap munkába járt, rendszeresen feltették a ház tetejére, amit Péter csak nagy küzdelmek árán tudott lehozni, munkatársai gúnyos nevetése közepette. Rendszeresen bezárták a wc-be, így Péter nem tudta ellátni feladatát. Péter egyre szomorúbb lett. Senkinek nem beszélt arról, ami vele történt, mert nagyon szégyellte. Meg akart halni. Nem evett, nem kelt fel az ágyból. Végül pszichiátriai osztályra került, ahol orvosával képes volt megosztani az őt ért sérelmeket. Péter munkahelyén belső vizsgálat indult.

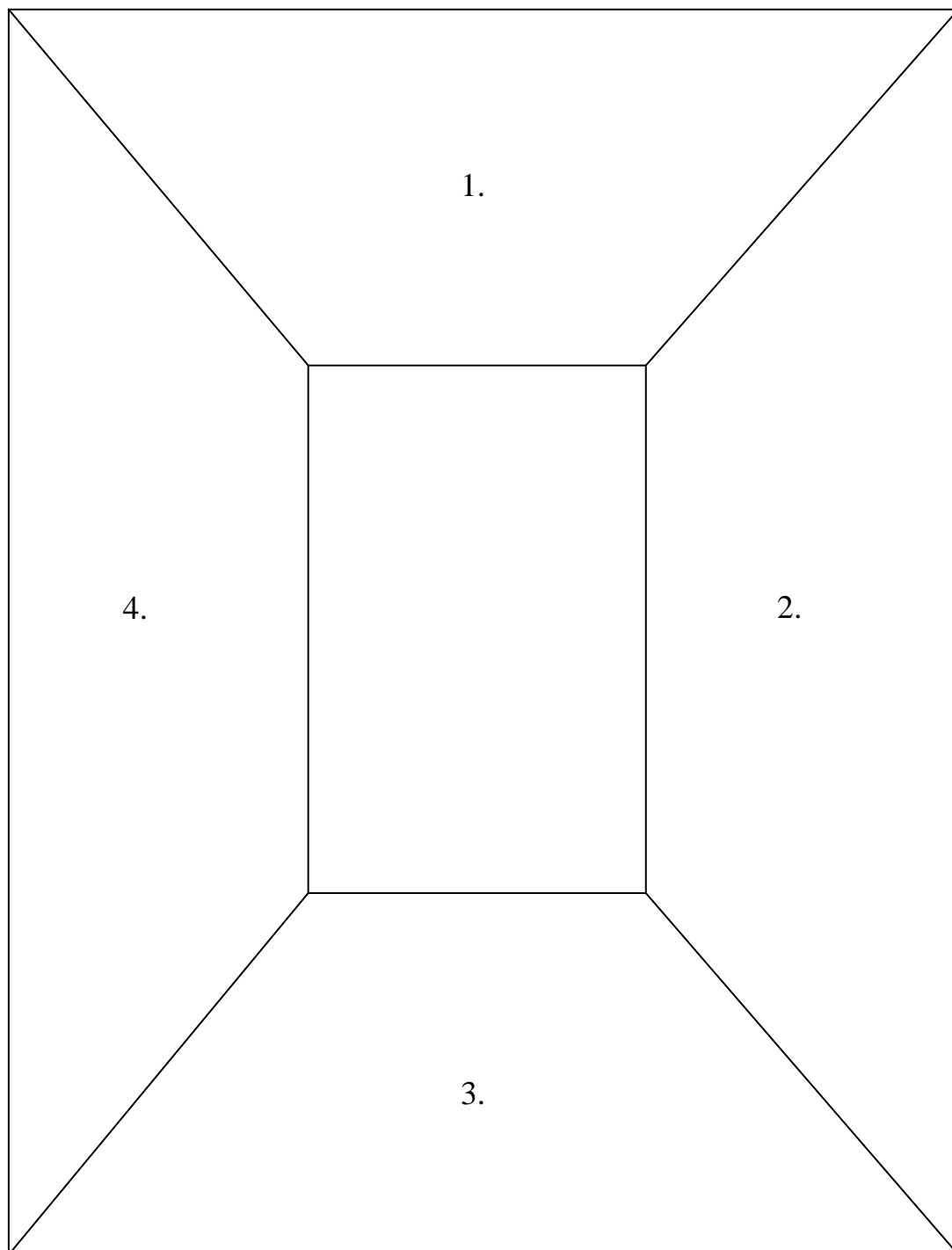
⁴ Gyerek vagy kis gengszter a 11 éves késelő?

NépszabadságOnline Kun J. Viktória • 2008. január 14

⁵ Salva Vita Alapítvány Esettár

Egyedül nem megy/ Erőszakik/4. melléklet

ABLAK



3. foglalkozásblokk

TE IS MÁS VAGY, TE SEM VAGY MÁS!

Mások elfogadása/tolerancia

Ajánlott korosztály/létszám	14-15 évesek, 10-12 fős csoport
Ajánlott időkeret	2×45 perc
A foglalkozás közvetlen célja	Saját élmény szerzése a kapcsolatépítés, csoportépítés, csoportkohézió, csoportdinamika terén, a csoporton belüli aktív szerepvállalás és csoporthatékonyság elősegítése.
A foglalkozás tartalma	Csoportépítés, csoporton belüli kapcsolódási pontok. <ul style="list-style-type: none">▪ csoporton belüli együttműködés▪ csoportérdekek képviselése, érvényesítése
A kompetenciafejlesztés fókuszai	Személyes: Önismeret: érzelmek azonosítása, autonómia, önszabályozás, helyzetfelismerés Szociális: figyelem, türelem, együttműködés, másértékeinek elfogadása, viselkedési szabályok, csoporttudat, aktív állampolgári szerepek Információkezelés: szövegértelmezés, lényegkiemelés, értékelés, érvelés
Kapcsolódási pontok	Magyar nyelv és irodalom: Anyanyelvi kommunikáció Életvitel és gyakorlati ismeretek: Pályaorientáció Ember és társadalom: társas kapcsolatok, csoportszerepek, demokrácia, társadalmi jelenségek ok-okozati összefüggése, emberi és állampolgári jogok, kötelességek
Szükséges előzetes ismeretek:	nincs

RÁHANGOLÁS

Tevékenység 1

10 perc

Személyes domino

Csoporton belüli kapcsolatok

Tanári instrukciók

A csoport minden tagja gondolatban fogalmazzon meg magáról két fontos tulajdonságot. Aki kezd, mondja el mindkettőt. Aki valamelyikkel azonos tulajdonsággal rendelkezik, fogja meg a kezét, és mondja meg saját másik tulajdonságát. Ehhez újra csatlakozhat valaki, és így végül körré kapcsolódik össze az egész osztály.

Ha kész a kör, adj tovább egy mozdulatot!

Munkaforma

Kooperatív nagycsoport

Módszerek

„Add tovább a mozdulatot!”

Eszközök

-

JELENTÉSTEREMTÉS

Tevékenység 2

20 perc

Másság bigó⁶

Tanári instrukciók

A másság a csoporton belüli kapcsolatokban.

A csoport minden tagja kap egyet a másság bingó mellékletből. A feladatlap mezőiben egy emberi tulajdonságra utaló leírás, megnevezés, jelző, van, ami megkülönböztethet egy embert a másiktól.

A csoporttagok találkoznak egymással a térben és beszéljék meg, mi jellemző rájuk a feladatlap mezőin. Amelyik mező szövege ráillik a beszélgetőpartnerre, azt a mezőt írassák alá a tanulók azzal, akivel épp beszélgetnek. Minden tanuló találkozzon az összes csoporttársával.

A találkozásokat követően beszéljük meg teljes körben, mit tudtak meg egymásról a tanulók.

Kezdeményezzünk beszélgetést arról, hogy mi az előnye annak, ha különböznek az emberek. Mi mindenben különbözhetnek?

Munkaforma

Páros interjú, interaktív nagycsoport

Módszerek

Interjú feladatlappal, megbeszélés

Eszközök

1. számú melléklet: Másság bingó feladatlap

Tevékenység 3

10-15 perc

Más vagyok

Tanári instrukciók

A másság a csoporton belüli kapcsolatokban.

Mondjatok egy olyan történetet, ami csak veletek történt meg!

Vagy egy olyan szokást, hobbit, amiről úgy gondoljátok, hogy csak rátok jellemző a csoportban!

Aki épp mesél álljon fel. Ha valamelyik csoporttagra jellemző még az, amit az épp megszólaló csoporttag elmondott magáról, álljon fel és fogjon kezét a beszélővel. Addig próbálkozhat minden tanuló, amíg nem talál valamit, amiben különbözik a többiektől.

Munkaforma

Interaktív nagycsoport

Módszerek

Játék

Eszközök

-

Tevékenység 4

20 perc

Tanári instrukciók

Te is más vagy, te sem vagy más!

Csapatépítés, a csoporttagok hasonló tulajdonságainak

⁶ Rudas János: Javne örökösei, Lélekben Otthon Kiadó, 2009. 319 p.

feltérképezése.

- Válasszatok magatoknak társat!
- Gyűjtsetek külön-külön magatokra jellemző tulajdonságokat!
- Most nézzétek meg, vannak-e mindkettőtökre jellemző tulajdonságok?
- Mit tudnátok tenni közösen? Mivel töltenétek a szabadidőtöket,
- Mit tennétek a közös célok elérése érdekében?
- A párok csatlakozzanak egy másik párhoz! Most a párokból verbuválódott csoportok, azaz a négy fős csoportok tagjai keressenek olyan tulajdonságokat, melyek mind a négyüket jellemzik.
- Végül a csoport egésze, az összes tag próbáljon valami közös jellemvonást megfogalmazni. Szabály, hogy a választott tulajdonságban minden csoporttagnak meg kell egyezni.

Munkaforma

Rokonszenvi választás alapján szerveződő páros munka, kiscsoport, interaktív nagycsoport.

Módszerek

Párinterjú-feladatlap

Eszközök

2. számú melléklet: feladatlap

Tevékenység 5

20-30 perc

Csoportszimbólum

A csoportot szimbolizáló plakát elkészítése,

együttműködés, a másik meghallgatásának fejlesztése.

Tanári instrukciók

- Egy a csoportunkat bemutató, a csoportunk hangulatát megjelenítő plakátot készítünk! Mielőtt nekilátunk a munkának, mindenki gondolja át, hogy mit szeretne megjeleníteni saját személyiségéből a tablón!
- A plakát elkészítése előtt hallgassunk meg mindenkit, hogy mit szeretne a saját hangulatából, a saját tulajdonságaiból, szokásaiból, a csoportban lévő szerepéről megjeleníteni! – körkérdés.
- A plakát elkészítése előtt 10 percek van, hogy megegyeztetek, mit jelenítetek meg a csoportot bemutató plakáton! Akkor kezdhettek a munkát, ha mindannyian egyetértetek.
- A munkát követően beszéljük meg, ki milyen szerepet vállalt a plakát készítésében? (Ki irányította a munkát, ki volt az ötletelő, a megvalósító...stb.). A csoporttagok az alkotó munka melyik fázisában érezték a legjobban magukat?

Az elkészül plakátot tegyük ki a falra.

Munkaforma

nagycsoportos

Módszerek

Megbeszélés, rajz, képi ábrázolás

Eszközök

Fehér kartonlap, színes magazinok, színes lapok, filctoll, zsírkréta, olló, ragasztó

LEZÁRÁS

Tevékenység 6

10 perc

Tanári instrukciók

Munkaforma

Módszerek

Eszközök

Véleménykülönbségek

Visszajelző kör, érzések, élmények megfogalmazása.

Mi mindent tudatok ma magatokról?

Hogyan éreztétek magatokat?

Melyik feladatot találtátok a legérdekesebbnek a mai foglalkozáson és miért?

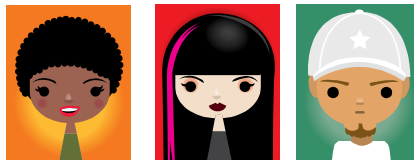
Hívjuk fel a figyelmet a véleménykülönbségekre pl.: a legérdekesebb feladatot illetően. Kérjük indokolják választásaikat a tanulók.

Interaktív nagycsoport

Megbeszélés

-

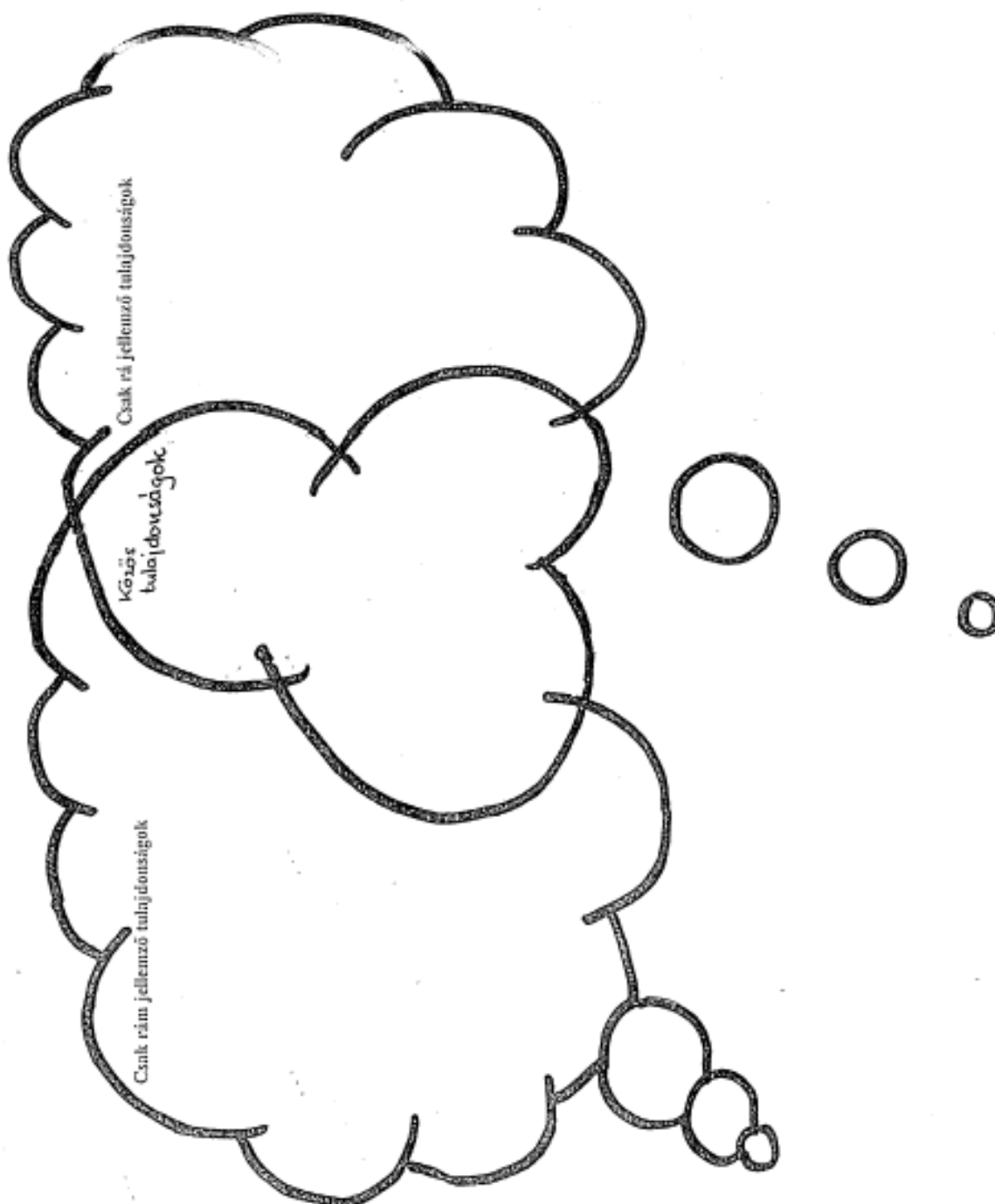
Egyedül nem megy/ Te is más vagy, te sem vagy más/1. melléklet



MÁSSÁG BINGÓ

FIÚ	INKÁBB MAGAS	NEM SEGÍT OTTHON A HÁZIMUNKÁBAN
NEM SZERETI A VERSEKET	FALUN ÉL	LÁNY
OTTHON SEGÍT A HÁZIMUNKÁBAN	MÉG NEM TUDJA, MIVEL SZERETNE FOGLAKOZNI, HA FELNŐTT LESZ	SZOKOTT KERTÉSZKEDNI
NEM SZERETI A FAGYIT	SZERETI A VERSEKET	INKÁBB ALACSONY
TUDJA, MIVEL SZERETNE FOGLAKOZNI, HA FELNŐTT LESZ	NÉHA ELKÉSIK AZ ISKOLÁBÓL	VÁROSBAN ÉL
SOHA NEM KÉSIK	NEM SZOKOTT KERTÉSZKEDNI	SZERETI A FAGYIT

ÉN-TE-MI⁷



⁷ „Almamater” PHARE HL0008-02-01-0059 Segítő tréning középiskolai pedagógusok számára)