

Projekt „Mój rozwój naszą przyszłością – gmina Szepietowo” współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

SCENARIUSZ LEKCJI PRZEDSIĘBIORCZOŚCI

CZY WIEM CO ZNACZY BYĆ ASERTYWNYM?

Temat zajęć: „Czy wiem co to znaczy być asertywnym?”

Cel ogólny: Kształcenie umiejętności: rozpoznawania własnego terytorium, asertywnego odmawiania, wyrażania prośb, przyjmowania krytyki, obrony praw (w sytuacjach wymagających zmiany zachowania drugiej osoby)

Cele operacyjne:

Formułowanie komunikatów asertywnych (odmawiania, wyrażania prośb)

Mobilizowanie do kształtowania i doskonalenia własnych umiejętności asertywnych

Rozróżnianie zachowań asertywnych

Główne czynności uczniów:

- Analizują odczucia pojawiające się w trakcie zabaw
- Zastanawiają się nad tym, jaki wpływ na ich decyzje i poglądy wywierają różne osoby z ich otoczenia
- Próbuje określić jakie różnice występują pomiędzy zachowaniem agresywnym, uległym i asertywnym
- Dzieli się uwagami na temat samopoczucia podczas proszenia i odmawiania
- Autorefleksja – czy mogę powiedzieć o sobie, że jestem asertywny?

Przebieg zajęć: Powitanie, sprawdzenie obecności, zapoznanie uczniów z tematem lekcji oraz przedstawienie celów do zrealizowania.

Na wstępie nauczyciel przybliży uczniom pojęcie asertywności oraz omawia typy zachowań: agresywnych, asertywnych, uległych. W celu zobrazowania przedstawionych wcześniej typów zachowań jako pierwszą proponuje zabawę „Balonik”. Każdy uczestnik zabawy otrzymuje balonik. Nadmucha go i przywiązuje sobie do nogi na wysokości kostki. Zadanie polega na tym, aby zniszczyć baloniki innych osób (nadeptując je), ale jednocześnie nie pozwolić na zniszczenie swojego. Gdy

Projekt „Mój rozwój naszą przyszłością – gmina Szepietowo” współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

wszystkie baloniki pękają rozmawiamy o odczuciach podczas zabawy. Pytamy o to co czuli uczestnicy zabawy gdy niszczyli balonik innych, co czuli kiedy ktoś niszczył ich balonik? Oba rodzaje uczuć zapisujemy na tablicy w oddzielnych rubrykach.

Nauczyciel podporządkowuje wspólnie z uczniami wymienione uczucia i przyporządkowuje je kategorii uległe lub agresywne. Zwraca uwagę na konflikty, które pojawiły się podczas zabawy i tłumaczy ich pochodzenie – była to ostra rywalizacja, byli zwycięzcy i pokonani.

W dalszej części zajęć uczniowie prezentują scenki dotyczące zachowań asertywnych, agresywnych i uległych (9 osób). Pierwsze trzy osoby prezentują scenkę z rozwiązaniem agresywnym, następne trzy osoby – uległym, kolejne trzy preferują rozwiązanie asertywne. Treść scenki jest identyczna we wszystkich grupach i brzmi: „dziewczyna wchodzi do szatni gdzie dwie jej koleżanki palą papierosy. Namawiają ją, by też zapaliła”. Po prezentacjach nauczyciel wspólnie z uczniami omawia każdą ze scenek zadając pytania: jak rozwinęła się sytuacja w zależności od zachowań głównych bohaterów, jak czuli się w prezentowanych przez siebie rolach?

Zabawa „Czy odmówisz? Czy poprosisz”. Uczniowie tworzą 3-osobowe zespoły tak, aby każdy mógł być osobą proszącą, osobą odmawiającą i obserwatorem. W zespołach przeprowadza zabawę polegającą na wyrażaniu prośby i odmawianiu (powinny być to prośby naturalne, a reakcje osoby proszonej zgodne z jej przekonaniem). Uczniowie w zespołach dzielą się uwagami na temat samopoczucia podczas proszenia i odmawiania. Odpowiadają na pytania zadane przez nauczyciela: na czym polega różnica między wyrażaniem asertywnym próśb a znanym im dotychczas sposobem, czy w sposób asertywny łatwiej jest przyjąć odmowę, co dostrzegli obserwatorzy podczas zabawy? Uczniowie zastanawiają się, z kim spośród ich domowników mogą przeprowadzić podobną zabawę i jakich informacji należałoby wcześniej udzielić domownikowi. Autorefleksja – czy znam granice własnego terytorium psychologicznego? Czy potrafię asertywnie wyrażać prośby, przyjmować odmowę i krytykę?



Projekt „Mój rozwój naszą przyszłością – gmina Szepietowo” współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Środki dydaktyczne: baloniki, sznurek, arkusze papieru (A4), markery, kredki, cytat na gazetkę ścienną

Pytania przygotowujące i naprowadzające:

W jakim stopniu osoby z twojego otoczenia przekraczają granice twojego terytorium psychologicznego?

W jakim stopniu zdarza się tobie przekraczać granice terytorium psychologicznego innych osób?

Czy granice twojego terytorium psychologicznego mogą być bardziej wyraźne?

Na czym polega różnica pomiędzy asertywnym wyrażaniem próśb a znanym dotychczas sposobem?

Czy w sposób asertywny łatwiej jest przyjąć odmowę?

Pytania podsumowujące:

Dlaczego ludziom zdarza się błędnie rozpoznawać cudze terytorium?

Czy potrafisz powiedzieć czym różni się zachowanie asertywne od uległego i agresywnego?

Czy możesz powiedzieć o sobie, że jesteś asertywny?

Czy zgadzasz się ze słowami: „Czasami warto powiedzieć wielkie NIE, aby usłyszeć wielkie TAK”