



*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 próśb, przyjmowania krytyki, obrony praw (w sytuacjach wymagających zmiany zachowania drugiej osoby)

**Cele operacyjne:**

Formułowanie komunikatów asertywnych (odmawiania, wyrażania próśb)

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. Nadmuchuje 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 pękną 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. Autoreflexja – 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”