



Cap sur l'école inclusive
en Europe



Pedagogiczna karta pracy

Zapobieganie brakowi dyscypliny dzięki treningowi w zakresie asertywności

Część modułu/ E

Kontakt: Luis Neves

Organizacja partnerska: Associação de Solidariedade Social dom
Algarve OMNES PRO UNO



Cele :

- Identyfikacja nastawienia i zachowań agresywnych, manipulujących, biernych;
- Refleksja na temat wad i zalet każdego typu nastawienia;
- Wzmacnianie asertywności.

Zasady oraz podstawy teoretyczne

Asertywność ma ogromne znaczenie, ponieważ jest ściśle związana z poczuciem własnej wartości dziecka – jest swego rodzaju tarczą, która będzie chronić je przez całe życie. Zachowania i umiejętności związanych z asertywnością można się nauczyć wypracowując pewne nawyki i wzorce zachowań. Uczy się ich poprzez naśladowanie i wzmocnienie, czyli tak, jak wzorce przekazują nam rodzice, nauczyciele, przyjaciele i media. Obserwowane przez nas zachowania są dla nas wzorem do naśladowania. Z tego powodu nie istnieje „wrodzona osobowość”, która jest asertywna lub nieasertywna; asertywności nie dziedziczymy, a związane z nią cechy są wynikiem procesu uczenia się.

Dzieci przyswajają sobie wszystko, co słyszą i widzą, tworząc podstawę dla swego dorosłego życia. Konieczne jest więc, aby najmłodsi uczyli się z przyjemnością i uczyli się nawiązywać właściwe relacje z innymi, nie uważając siebie samych za osoby gorsze od innych.

Grupa docelowa

Podejście to może być stosowane na każdej lekcji na podstawowym poziomie kształcenia, podczas której są problemy z utrzymaniem dyscypliny. Działać tu będzie czynnik zaskoczenia, ponieważ uczniowie nie spodziewają się reakcji nauczyciela. Dzięki temu uczniowie rozumieją, iż promowanie sytuacji konfliktowych nie jest dla nich korzystne, co skłoni ich do zmiany zachowania.

Materiały / Narzędzia :

- Ołówek lub długopis
- Kwestionariusz

Bibliografia:

Na podstawie treści materiałów „Activity For Civic Training”,

Psicoterapia cognitivo-comportamental: www.Comoandaatuaassertividade.htm;

Autoajuda: www.cemp.com.br/textos22.htm;

Vitimosidade vs Assertividade: www.vitimosidadeversusassertividade.htm.)

Metodologia:

Analiza sytuacji, w której obserwujemy brak asertywności.

- Wypełnienie kwestionariusza ukazującego poziom asertywności każdego z uczniów.
- Analiza odpowiedzi uczniów i refleksja nad ewentualnymi zmianami.

Sytuacje konfliktowe obserwowane w klasie/szkole mogą obejmować następujące przykłady:

Zupa jest niesmaczna

A. Smakuje jak pomyje!

B. Nie dam rady zjeść tej zupy, poproszę o inną potrawę.

C. Zjem tę zupę i mam nadzieję, że się nie zatruję.

D. Czy twoja zupa też jest niesmaczna? Widziałeś kiedyś coś podobnego? Bezcelność! Zależy im tylko na pieniądzach! Może się poskarżysz – jesteś w tym naprawdę dobry.

Ktoś wpycha się bez kolejki

- A. Poczekaj na swoją kolej.
- B. Zawsze się znajdują tacy, którzy wpychają się bez kolejki!
- C. Co za bezczelność!! Myśli, że jest cwany... wracaj na swoje miejsce!!
- D. Ty pozwalasz mu się tak wpychać? Ale z ciebie tchórz!!

Włos w kanapce

- A. Włos! Ale obrzydlistwo! Wyjmę go... mam nadzieję, że nikt nie patrzy...
- B. Czy mogłabym może dostać inną kanapkę? W tej jest włos.
- C. To jest obrzydliwe! Co za speluna! Wychodzę i więcej tu nie przyjdę!

Prezentacja metody:

Gdy nauczyciel stwierdzi, że w klasie panuje brak dyscypliny, informuje w bardzo spokojny sposób, że zamiast lekcji będzie gra (informacja o **grze** w połączeniu ze spokojnym tonem nauczyciela da **efekt zaskoczenia** potęgowany przez oczekiwanie **interesującej aktywności** – to może wzbudzić zainteresowanie uczniów i może położyć kres brakowi zdyscyplinowania w danym momencie).

Następnie nauczyciel informuje uczniów, co będą robić:

- 1- Przeanalizują/opiszą sytuacje, które ujawniają brak asertywności (sytuacje przedstawione w „narzędziach” powyżej lub sytuacje doświadczane/obserwowane w klasie lub szkole), a następnie zastanowią się nad różnymi reakcjami i charakterystyką każdej osoby - 15 min.
- 2- Analizują zalety/wady każdej odpowiedzi - 15 min.
- 3- Odpowiadają na kwestionariusz „Jaki jest twój poziom asertywności?” po prezentacji dokumentu (nauczyciel może wprowadzić i wyjaśnić pytania w razie potrzeby). Następnie odpowiedzi są zapisywane w zeszytach ćwiczeń. W końcu uczniowie mogą przeanalizować swoje reakcje w relacji z innymi - 5 min.
- 4- Nauczyciel i uczniowie omawiają wyniki ankiety i zastanawiają się nad następującymi pytaniami:

4.1 – Jak powinniśmy się zachowywać w sytuacjach społecznych?

4.2 – Jakie zalety mogą się wiązać z konkretnymi zachowaniami społecznymi?

Kwestionariusz: „Jaki jest twój poziom asertywności?”

Zaznacz (x) przy stwierdzeniu, które uznajesz za prawdziwe w odniesieniu do siebie

Sytuacje	Czujesz się niekomfortowo,	Czujesz się komfortowo,
----------	----------------------------	-------------------------

	kiedy ...	kiedy ...
1. Prosisz kogoś o przysługę...		
2. Przyznajesz, że obawiasz się poprosić o pomoc		
3. Mówisz komuś, kogo lubisz, że zachował/a się niewłaściwie		
4. Przyznajesz, że nie znasz się na omawianym temacie		
5. Pytasz kogoś, czy go obraziłeś/obraziłaś		
6. Kłócisz się z kimś, kto skrytykował twoje zachowanie ...		
7. Wyrażasz opinię odmienną od opinii swojego rozmówcy.		
8. Krytykujesz przyjaciela		
9. Krytykujesz swojego chłopaka/dziewczynę		
10. Przedstawiasz swoją opinię osobie, której dobrze nie znasz		
11. Zaprzeczasz komuś, nawet jeśli wiesz, że zranisz tę osobę		
12. Chwalisz kogoś za kreatywność		

Analiza wyników:

Więcej niż 6 odpowiedzi w części Niekomfortowo	Masz problemy z radzeniem sobie z sytuacjami społecznymi; ważne jest, aby zrozumieć i zobaczyć, w jaki sposób te trudności wpływają na twoje życie.
Mniej niż sześć odpowiedzi w części Komfortowo	W spokojny i odpowiedni sposób radzisz sobie z różnymi sytuacjami społecznymi.

Umiejętności, na które wpływa zastosowanie tej metody

- Komunikacja w języku ojczystym;
- Umiejętności językowe;
- Wrażliwość, ekspresja kulturowa i artystyczna;
- Umiejętności społeczne i obywatelskie;
- Rozwój umiejętności poznawczych

Ewaluacja:

Przy ocenie działania należy wziąć pod uwagę wdrożenie i wyniki zawarte w kwestionariuszu. Nauczyciel powinien zastanowić się nad praktycznymi wynikami i ewolucją odpowiedzi uczniów zarówno w kategoriach indywidualnych, jak i zbiorowych.