

Scenariusze zajęć psychoedukacyjnych (dla klas I-III gimnazjum)

Temat: Nasza klasa staje się zespołem

KINGA KACZMAREK, KAROLINA VAN LAERE

- CELE:**
- zwiększenie poziomu integracji w zespole klasowym
 - rozwijanie umiejętności współpracy w grupie
 - umożliwienie wzajemnego poznania się uczniów w klasie

- POMOCE
DYDAKTYCZNE:**
- duże arkusze papieru
 - flamastry
 - piłka
 - stoper
 - kolorowe magazyny
 - nożyczki
 - klej

CZAS TRWANIA: 1 x 45 min

PRZEBIEG ZAJĘĆ:

1. Nauczyciel wprowadza uczniów do tematu lekcji: *W trakcie dzisiejszych zajęć będziemy mieli okazję lepiej poznać siebie nawzajem.*

2. Następnie nauczyciel prosi uczniów, żeby po kolei każdy:

- powiedział(a) na głos swoje imię,
- powiedział(a) coś więcej na temat swojego imienia (np. dlaczego ma tak na imię, kto je wybrał, skąd pochodzi, jaką ma symbolikę, czy je lubi, jakich zdrobnień używa),
- określił(a) wskaźnik od 0 do 10 poziom swojej energii na początku zajęć, gdzie 0 oznacza „kompletny brak energii”, a 10 „energia mnie rozpieszcza”.

3. Nauczyciel zawiązuje z uczniami kontrakt* na czas realizowanych wspólnie zajęć, zaczynając od zadania pytania: *Jakie zasady muszą panować w naszej grupie, żeby dobrze nam się razem pracowało?* Następnie zapisuje propozycje uczniów na dużym arkuszu papieru. Po niezbędnych poprawkach i uzgodnieniach wiesza go w widocznym miejscu w klasie.

* **Uwaga:** więcej informacji na temat zawierania kontraktu znajdziesz we wkładce do miesięcznika Remedium z marca 2013.

4. Nauczyciel wychodzi z kręgu odstawiając swoje krzesło na bok. Prosi uczniów o to, by złączyli krąg. Następnie mówi: *Waszym zadaniem będzie jak najszybsze podanie sobie piłki przez wszystkie osoby siedzące w kręgu. Zaraz po tych słowach nauczyciel bez sygnału ostrzegawczego podaje piłkę osobie siedzącej najbliżej niego. Jednocześnie w tym samym czasie włącza stoper i odmierza czas, w jakim grupa zdąży podać sobie piłkę z rąk do rąk. Jeżeli któryś z uczniów zostanie pominięty, nauczyciel każe uczniom cofnąć piłkę do tej osoby, przez co wydłuża się czas zadania. Uzyskany wynik zapisuje na tablicy.*

Następnie mówi: *Teraz waszym zadaniem będzie skrócenie poprzednio uzyskanego czasu potrzebnego na podanie sobie piłki przez wszystkie osoby siedzące w kręgu. Macie teraz maksymalnie trzy minuty czasu na wspólne przedyskutowanie i ustalenie takiej strategii współpracy, która pozwoli wam skrócić poprzedni czas przynajmniej o 2 sekundy.* Po upływie trzech minut, niezależnie od przy-

gotowania grupy, nauczyciel ponownie podaje piłkę jednej z osób siedzących w kręgu i odmierza czas stoperem. Również drugi wynik zapisuje na tablicy.

Nauczyciel ponownie mówi: *Gratuluję, udało się wam poprawić wynik aż o ... sekund. Przed wami kolejne wyzwanie. Daję wam teraz maksymalnie pięć minut na przedyskutowanie i przeciwiczenie różnych strategii zmierzających do poprawy waszego obecnego wyniku. Również tym razem musicie go skrócić przynajmniej o 2 sekundy. Tym razem może być to trudniejsze, ponieważ byliście już dobrze przygotowani do tej drugiej próby, ale wierzę, że potraficie tego dokonać.* Po upływie wyznaczonego czasu nauczyciel po raz ostatni podaje piłkę wybranej osobie z grupy i odmierza czas. Uzyskany wynik zapisuje na tablicy. Ostatnim etapem zadania jest omówienie ćwiczenia pod kątem współpracy w zespole klasowym.

Pytania pomocnicze:

- Jak czuliście się w trakcie wykonywania tego zadania?
- Co pomogło wam w uzyskaniu lepszego wyniku?
- Co utrudniało efektywną współpracę?
- Czy pojawiły się jakieś spięcia w trakcie omawiania strategii w grupie? Jeżeli tak, to dlaczego?
- Czy wszyscy w podobnym stopniu zaangażowali się w wykonywane zadanie? Jeżeli nie, to dlaczego? Co mogłoby pomóc współpracować w podobnej sytuacji?

5. Nauczyciel kładzie w środku kręgu kolorowe magazyny. Następnie prosi, żeby każdy z uczniów wybrał i wyciął przynajmniej pięć zdjęć, haseł lub zdań, które w trafny sposób określają jego osobę lub nastrój, w którym się znajduje. Następnie na forum klasy uczniowie opowiadają o tym, dlaczego wybrali właśnie te fragmenty zdjęć lub tekstów. Kolejnym zadaniem uczniów jest zrobienie wspólnego kolażu z przygotowanych przez siebie wycinków, prezentującego cały zespół klasowy. Ważne jest, aby każda praca znalazła w nim swoje miejsce. Następnie cała grupa stara się nadać pracy tytuł charakteryzujący ich klasę lub będący wspólnym mianownikiem dla większości uczniów w klasie. Omówienie zadania na forum klasy.

Pytania pomocnicze:

- Czego dowiedzieliście się o sobie w trakcie wykonywania ćwiczenia?
- Jakie dostrzegacie podobieństwa i punkty wspólne z kolegami/koleżankami z klasy?
- Co wyróżnia was jako klasę spośród innych klas w szkole?
- Jakie są wasze mocne strony jako klasy?

Temat: Sytuacja konfliktowa: wyzwanie czy bariera nie do pokonania?

CELE:

- rozwijanie umiejętności konstruktywnego radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych
- rozwijanie umiejętności analizy sytuacji, ułatwiającej poszukiwanie rozwiązań w sytuacjach konfliktowych

POMOCE DYDAKTYCZNE:

- duże arkusze papieru
- samoprzylepne karteczki
- flamastry
- karty pracy

CZAS TRWANIA: 2 x 45 min

INFORMACJA DLA NAUCZYCIELA

Jednym z częstych przejawów sytuacji trudnej wychowawczo jest konflikt w klasie w relacjach uczeń – uczeń lub nauczyciel – uczeń. Konflikty mogą rozgrywać się przy otwartej kurtynie i być dostrzegalne dla każdego, np. uczniowie zachowują się demonstracyjnie, wyrażają swoje niezadowolenie, złość, wchodzą w utarczki słowne z nauczycielem lub ze sobą nawzajem (jeżeli konflikt rozgrywa się między uczniami). Konflikty mogą mieć charakter utajony. Wówczas nie są werbalizowane i komunikowane wprost, np. konflikt o markowe ciuchy jako symbol prestiżu. W pierwszej sytuacji najlepiej jest podjąć temat na forum klasy i otwarcie rozmawiać o tym, co aktualnie rozgrywa się w grupie. W drugiej sytuacji, można wykorzystać temat lekcji jako pretekst do podjęcia problemu i zachęcić uczniów do otwartej dyskusji. Dzięki temu nauczyciel zasygnalizuje, że jest gotowy i otwarty na rozmowę o trudnych sprawach. Uczniowie jednocześnie poznają zasady radzenia sobie w trudnych sytuacjach i sposoby konstruktywnego rozwiązywania konfliktów.

Wskazówki dotyczące radzenia sobie w sytuacji trudnej, konfliktowej:

Po pierwsze: Pamiętaj! Kryzys, sytuacja trudna jest naturalnym etapem rozwoju grupy. Świadomość tego pozwoli Ci zachować dystans do sytuacji i nie tracić wiary we własne możliwości. Wysokie kompetencje wychowawcze nie niwelują konfliktów czy sytuacji trudnych. Umiejętność ich rozwiązywania i radzenia sobie z nimi wzmacnia grupę i stanowi potwierdzenie kompetencji nauczyciela!

Po drugie: Omów sytuację z kimś, kto nie jest bezpośrednio zaangażowany w konflikt. Pozwoli to lepiej zrozumieć, co się dzieje w Twojej relacji z grupą i ułatwia znajdowanie rozwiązań.

Po trzecie: Korzystaj ze swoich umiejętności komunikacyjnych: aktywnie słuchaj, stosuj komunikaty ja, parafrazuj, klaryfikuj, podsumowuj wypowiedzi uczniów, opisuj i nazy-

waj to, co się dzieje w grupie (zarówno między uczniami, jak i w Twojej relacji z uczniami).

Po czwarte: Staraj się co jakiś czas zadawać sobie następujące pytania: *Czy przestrzegamy zasad kontraktu? Na jakim etapie procesu grupowego znajduje się klasa? Jakie zewnętrzne czynniki mogą wpływać na to, co się dzieje w grupie? Na ile sytuacja, zachowanie, problemy jednej osoby wpływają na to, co się dzieje w grupie? Co się dzieje w moich relacjach z poszczególnymi uczniami? Jakie uruchamiają się we mnie uczucia, myśli? Jakie potrzeby komunikuje grupa? Na ile tematy, które poruszamy są adekwatne do potrzeb uczniów? Na ile skupiam się na sobie, swoich potrzebach, a na ile na tym, co sygnalizują mi uczniowie? Czy słucham i rozumiem potrzeby zgłaszane przez uczniów?*

Po piąte: Podczas dyskusji na temat trudnej sytuacji w zespole klasowym możesz korzystać z następujących narzędzi i sformułowań:

1. Odwołanie do kontraktu: *Jak mówi nasz kontrakt...*
2. Odwołanie do potrzeb zespołu: *Zastanawiam się, co jest wam teraz potrzebne/co mogłoby wam pomóc lepiej się poczuć?*
3. Odwołanie się do możliwości samoobserwacji grupy: *Co się według was teraz dzieje między wami/nami?*
4. Odwołanie się do własnych obserwacji: *Mam poczucie, że między nami/wami dzieje się coś bardzo trudnego.*
5. Odwołanie się do uczuć i emocji przeżywanych przez uczniów: *Jakie się w was pojawiają emocje, uczucia w związku z tą sytuacją?*
6. Odwołanie się do własnych emocji: *Niepokoję się, kiedy zachowujecie się w ten sposób.*
7. Odwołanie się do własnego autorytetu, wiedzy, doświadczenia: *Rozumiem, że czujecie się w związku z tą sytuacją w taki sposób. Proponuję, żebyśmy rozwiązali to w ten sposób.*