

**Zachowanie asertywne = zachowanie bezpieczne:
kształcenie postaw asertywnych w bibliotece**

Scenariusz lekcji w klasie 1 gimnazjum

Opracowanie: Iwona Supronowicz

Powiązanie scenariusza zajęć z podstawą programową:

**PODSTAWA PROGRAMOWA KSZTAŁCENIA OGÓLNEGO DLA
GIMNAZJÓW I SZKÓŁ PONADGIMNAZJALNYCH**

Celem kształcenia ogólnego na III i IV etapie edukacyjnym jest: (...)

- 3) kształtowanie u uczniów postaw warunkujących sprawne i odpowiedzialne funkcjonowanie we współczesnym świecie. (...)

W procesie kształcenia ogólnego szkoła na III i IV etapie edukacyjnym kształtuje u uczniów postawy sprzyjające ich dalszemu rozwojowi indywidualnemu i społecznemu, takie jak: (...) poczucie własnej wartości, szacunek dla innych ludzi, (...) kultura osobista (...).

Cel ogólny:

- doskonalenie umiejętności komunikacyjnych.

Cele szczegółowe:

Po zajęciach uczeń:

- potrafi rozróżnić zachowania uległe, agresywne i asertywne,
- rozumie związek asertywności z bezpieczeństwem w komunikacji społecznej.

Czas:

- 45 minut.

Metody:

- burza mózgów,
- dyskusja,
- praca w grupach.

Środki dydaktyczne:

- duży arkusz papieru,
- kolorowe mazaki,
- papier A4 i długopisy dla grup,
- prezentacja w Power Point (w osobnym pliku),
- projektor multimedialny,
- komputer podłączony do Internetu.

Przebieg zajęć:

I. Wprowadzenie:

1. Powitanie uczniów i podanie tematu.
2. Określenie celów lekcji:
 - a) porównanie różnych zachowań ludzi w sytuacjach komunikacyjnych,
 - b) znalezienie argumentów potwierdzających tezę, że zachowanie asertywne to zachowanie bezpieczne.

II. Główna część zajęć:

1. Porozumiewanie się, komunikacja między ludźmi – to skomplikowany i złożony proces. Wymaga świadomej kontroli tego, co i jak przekazujemy, i sprawdzania, jak nasz komunikat rozumie odbiorca.
2. Nauczyciel proponuje uczniom, aby metodą burzy mózgów podali jak najwięcej określeń nadawcy komunikatu, np. kłótlivy, atakujący, ustępujący, ugodowy, negocjujący, tłumaczący, agresywny, uległy.
3. Nauczyciel zapisuje na arkuszu papieru wszystkie określenia, a następnie prosi uczniów, aby je połączyli w grupy o podobnej skali emocji.
4. Zaznacza, wg wskazań uczniów, na arkuszu papieru wspólnymi kolorami grupy określeń kojarzone z agresją, uległością i asertywnością.

Ćwiczenie 1:

- Nauczyciel czyta uczniom dialog:
 - Ej, Kaśka, weź mi pożycz zeszyt z chemii!
 - Nie bardzo, wiesz, bo sprawdzian jest jutro.
 - No nie bądź taka – pożycz!
 - No dobra, niech ci będzie. Pożyczę ci go.
- Uczniowie, korzystając z wypisanych na papierze określeń, odpowiadają na pytanie: Jak zachowała się Kaśka? (uległe, z własną szkodą, itp.)
- Nauczyciel czyta kolejny dialog, w którym klientka zachowuje się także ulegle:
 - Dzień dobry, chciałabym zwrócić zakupioną tutaj książkę.
 - Oczywiście mam paragon.
 - Niestety, nie może pani jej zwrócić.
 - Trudno, rozumiem. Do widzenia.
- Podobnie, jak w poprzednim dialogu, uczniowie określają zachowanie klientki księgarni.

- Na podstawie obu dialogów uczniowie w grupach starają się wypisać, jakie będą wg nich skutki psychiczne dla osoby, która zawsze zachowuje się ulegle i jak jej zachowanie wpłynie na komunikację z innymi osobami.
- Grupy przedstawiają swoje wnioski.
- Nauczyciel podsumowuje przedstawiając slajd prezentacji:

Postawa uległa w komunikacji może powodować:

- utratę poczucia własnej wartości;
- poczucie skrzywdzenia i złości na innych;
- frustrację;
- zachęcanie innych do dominacji;
- nagły wybuch agresji na skutek skumulowania przykrych uczuć;
- nieosiągnięcie celu;
- wykorzystywanie przez innych.

Ćwiczenie 2:

- Nauczyciel czyta uczniom dialog:
 - Ej, ty, dawaj mi zeszyt z chemii!
 - Nie mogę ci go dać.
 - Dawaj, bo pożalujesz!
- Uczniowie, korzystając z wypisanych na papierze określeń, odpowiadają na pytanie: Jak zachowuje się osoba chcąca pożyczyć zeszyt? (agresywnie, atakuje, grozi)
- Nauczyciel czyta kolejny dialog, w którym klientka zachowuje się także agresywnie:
 - Chcę zwrócić kupioną tutaj książkę. Mam paragon.
 - Niestety nie może pani jej zwrócić.
 - Pani obowiązkiem jest mi ją przyjąć.
 - Nie ma takiej możliwości.
 - Jeśli pani jej nie przyjmie, to inaczej porozmawiamy! Postaram się, żeby straciła pani pracę!
- Podobnie, jak w poprzednim dialogu, uczniowie określają zachowanie klientki księgarni.
- Na polecenie nauczyciela uczniowie w grupach wypisują, jakie będą wg nich skutki psychiczne dla osoby, która zawsze zachowuje się agresywnie i jak wpłynie jej zachowanie na komunikację z innymi osobami.
- Grupy przedstawiają swoje wnioski.
- Nauczyciel podsumowuje przedstawiając slajd prezentacji:

Z zachowaniem agresywnym wiąże się ryzyko:

- popadnięcia w konflikty;
- utraty szacunku dla siebie;
- utraty szacunku dla innych;
- poczucia zagrożenia innych w naszej obecności;
- nienawistności nas przez innych;
- możliwości wystąpienia przemocy;
- osiągnięcia rezultatów odwrotnych od zamierzonych;
- narażenia na stres.

5. Najlepsze efekty w komunikacji między ludźmi dają zachowania asertywne.

Ćwiczenie 3:

- Nauczyciel czyta dialog:

- Kasiu, pożycz mi, proszę, twój zeszyt do chemii.
- Nie mogę, bo przecież jutro mamy sprawdzian.
- A co ty na to, gdybyśmy się razem pouczyły?
- No... właściwie czemu nie.
- Super, to może u mnie o 16.00?
- Może być.

Wersja B dialogu:

- Kasiu, pożycz mi, proszę, twój zeszyt do chemii.
- Sorry, nie mogę. Mam przecież sprawdzian.
- A co ty na to, gdybyśmy się razem pouczyły?
- Nie. Lubię się uczyć sama.
- Ok.

- Uczniowie próbują określić, jak zachowują się osoby w dialogu. (negocjują, szanują rozmówcę, nie oceniają)
- Nauczyciel czyta następny dialog:
 - Witam, chciałabym zwrócić zakupioną tutaj książkę.
 - Oczywiście mam paragon.
 - Niestety nie może pani jej zwrócić.
 - Przepraszam, ale myślę, że mam prawo ją zwrócić posiadając paragon.
 - Nie ma takiej możliwości.
 - Mogłaby pani uzasadnić, dlaczego nie mogę jej zwrócić?
 - Mamy zakaz zwracania tego typu książek do naszej księgarni.
 - A może jednak uda się pani coś z tym zrobić?
- Na polecenie nauczyciela uczniowie w grupach próbują wypisać, jakie będą wg nich skutki psychiczne dla osoby, która zawsze zachowuje się asertywnie i jak wpłynie jej zachowanie na komunikację z innymi osobami.

- Nauczyciel podsumowuje przedstawiając slajdy prezentacji:

Z zachowaniami asertywnymi również wiąże się ryzyko:

- niektórzy przestaną nas lubić za wyrażanie własnego zdania;
- mogą zmienić się relacje z niektórymi osobami;
- możemy być krytykowani;
- spotkamy się ze zdziwieniem czy zaskoczeniem innych.

Pozytywne zmiany i przychylne reakcje na zachowania asertywne to:

- „prawdziwe” zbliżenie się do innych ludzi;
- lepsze poznanie siebie i innych;
- wyrazy podziwu, pochwały otoczenia;
- samorealizacja, zadowolenie;
- zrozumienie zachowań innych ludzi;
- uzyskanie tego, co chcemy;
- mniej stresów i frustracji;
- lepsza kondycja psychiczna;
- doznawanie sympatii i przyjaźni.

6. Nauczyciel prosi uczniów o sformułowanie wniosku – czy zachowania asertywne są bezpieczne?

Wniosek:

Zachowania asertywne są bezpieczne:

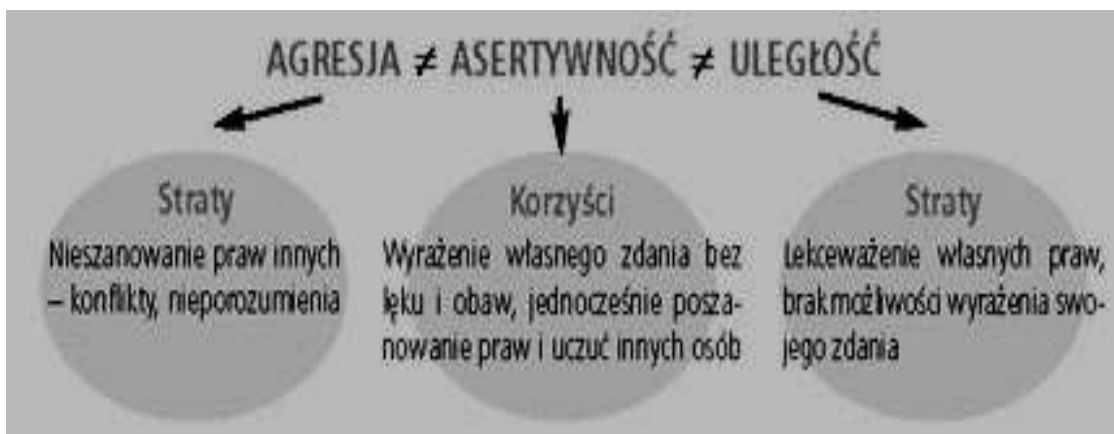
- **pod względem fizycznym – nie narażają na przemoc,**
- **pod względem psychicznym – nie narażają na stres i frustrację.**

7. Nauczyciel prezentuje uczniom filmik online:

<https://www.youtube.com/watch?v=Q4f27lGQUXE>

8. Jakie typy zachowań prezentują bohaterowie filmu?
Jak te zachowania przekształcić w formę asertywnej komunikacji?
Dyskusja uczniów pod kierunkiem nauczyciela.

1. Podsumowanie:



Każdy z nas powinien uczyć się asertywności w komunikacji z ludźmi zgodnie z prawami asertywności, które sformułował amerykański psycholog Herbert Fensterheim:

1. Masz prawo do robienia tego, co chcesz dopóty, dopóki nie rani to kogoś innego.
2. Masz prawo do zachowania swojej godności poprzez asertywne zachowanie – nawet jeśli rani to kogoś innego – dopóty, dopóki Twoje intencje nie są agresywne, lecz asertywne.
3. Masz prawo do przedstawiania innym swoich próśb dopóty, dopóki uznajesz, że druga osoba ma prawo odmówić.
4. Istnieją takie sytuacje między ludźmi, w których prawa nie są oczywiste. Zawsze jednak masz prawo do przedyskutowania tej sprawy z drugą osobą i wyjaśnienia jej.
5. Masz prawo do korzystania ze swoich praw.

Literatura do scenariusza lekcji i do prezentacji:

1. Jamrożek Bożena, Sobczak Jolanta: *Komunikacja interpersonalna, czyli jak wspierać swoją przedsiębiorczość*. Wyd. 3. Poznań: Wydaw. eMPI², 2000. ISBN 83-87665-72-X
2. Jaworska Anetta: *Leksykon resocjalizacji*. Kraków: Oficyna Wydaw. „Impuls”, 2012. ISBN: 978-83-7587-542-3
3. Maćkiewicz Sabina: *Bunt kreskówek – przemoc w bajkach i jej wpływ na rozwój i zachowanie dzieci*. [online] [dostęp: 1 lutego 2016]. Dostępny w World Wide Web: <http://magazyntuiteraz.pl/bunt-kreskówek-przemoc-w-bajkach-i-jej-wpływ-na-rozwoj-i-zachowanie-dzieci/>