

Σχέδιο Μαθήματος: Κοινωνικές και Επικοινωνιακές Δεξιότητες για Ανάπτυξη Αυτοπεποίθησης και Τεχνικών Επίλυσης Διαφορών

Διάρκεια:	Δύο 45λεπτες διδακτικές περιόδους Η πρώτη περίοδος αφιερώνεται στην αυτοπεποίθηση. Η δεύτερη περίοδος έχει να κάνει με το θέμα της επίλυσης διαφορών.
Περιληπτική Περιγραφή:	<p>Ο στόχος αυτού του μαθήματος είναι να εισάγει τους μαθητές στα θέματα της αυτοπεποίθησης και της επίλυσης διαφορών. Αυτό το μάθημα θα εισάγει τους μαθητές, ηλικίας 12-14 ετών (γυμνασίου) στην πολυπλοκότητα της επικοινωνίας. Είναι σημαντικό οι μαθητές να επιδεικνύουν αυτοπεποίθηση στις κοινωνικές τους συναναστροφές για να μην τυχάνουν εκμετάλλευσης. Θα πρέπει επίσης να μάθουν να σκέφτονται πρώτα και να αξιολογούν μια κοινωνική κατάσταση πριν αντιδράσουν για να πετύχουν τα πιο κάτω:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Να μην αντιδράσουν υπερβολικά, θέτοντας σε κίνδυνο την ασφάλειά τους. 2. Να μην μπουν σε αντιμαχία με κάποιον άλλο. 3. Να δείχνουν αυτοπεποίθηση χωρίς να γίνονται επιθετικοί. 4. Να μην θεωρηθούν θύτες εκφοβισμού εκφράζοντας επιθετική συμπεριφορά. <p>Γι' αυτόν τον λόγο, αυτή η δραστηριότητα έχει σχεδιαστεί στη βάση πρακτικών παραδειγμάτων και δραστηριοτήτων ρόλων, όπου οι μαθητές καλούνται να σκεφτούν το σενάριο που παρουσιάζεται στο πρώτο μάθημα, να σκεφτούν 3 διαφορετικές εκβάσεις στο σενάριο και να συζητήσουν πώς το καθένα θα έκανε τον πρωταγωνιστή να αισθανθεί. Στο δεύτερο μάθημα, οι μαθητές καλούνται να γράψουν τα δικά τους σενάρια, και να επικεντρωθούν στο πώς θα αντιδρούσαν σε μια διαφορά, τι μπορεί να προκαλέσει διαφορές ανάμεσα σε συμμαθητές, και ποιοι είναι οι πιο αποτελεσματικοί τρόποι επίλυσης μιας διαφοράς. Μετά από κάθε δραστηριότητα, οι μαθητές καλούνται να συμμετέχουν σε ομαδική συζήτηση – αυτό θα επιτρέψει στον δάσκαλο να αξιολογήσει την κατανόηση των θεμάτων από τους μαθητές. Επίσης θα βοηθήσει τους μαθητές να αναλογιστούν ό,τι έχουν μάθει και να αντιμετωπίσουν σχετικά θέματα στη ζωή τους.</p> <p>Αυτές οι δραστηριότητες έχουν σχεδιαστεί με τρόπο που να διασφαλίζουν ότι οι μαθητές αποκτούν συναίσθηση των</p>

	<p>φυσικών αντιδράσεών τους σε κοινωνικά σενάρια. Καταγράφοντας την αντίδρασή τους στο σενάριο που τους δίνεται, γράφοντας τα δικά τους σενάρια και γράφοντας τις σκέψεις τους γι' αυτά, οι μαθητές αναλογίζονται και κωδικοποιούν τους δικούς τους τρόπους επικοινωνίας και τα συναισθήματά τους, μαθαίνοντας να ελέγχουν τις αντιδράσεις τους σε κοινωνικές καταστάσεις, με αυτοπεποίθηση και μη συγκρουσιακό τρόπο.</p> <p>Γι' αυτή τη δραστηριότητα, ο δάσκαλος θα χρειαστεί στυλό και χαρτί για να γράψουν οι μαθητές τις ασκήσεις που ακολουθούν με λεπτομέρεια, καθώς και πίνακα με μαρκαδόρους για τον συντονισμό των ομαδικών συζητήσεων και την καταγραφή των θεμάτων που θα προκύψουν από τη δραστηριότητα.</p>
Ετικέτες:	<p>Κοινωνικές και Επικοινωνιακές Δεξιότητες, Αυτοπεποίθηση, Επίλυση Διαφορών, Εκφοβισμός που Σχετίζεται με μη Ανεπτυγμένες Κοινωνικές Δεξιότητες, Θυματοποίηση ως Αποτέλεσμα Έλλειψης Αυτοπεποίθησης, Επίλυση Διαφορών ως Τρόπος Αντιμετώπισης του Εκφοβισμού</p>
Στόχος:	<p>Στόχος αυτού του μαθήματος είναι να ενισχύσει την επίγνωση των μαθητών για το πώς μπορούν να αλληλεπιδρούν με τους συμμαθητές τους, να αναπτύξει τις επικοινωνιακές δεξιότητες των μαθητών, και να τους βοηθήσει να επιδεικνύουν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και λιγότερη επιθετικότητα, αναπτύσσοντας τις δεξιότητές τους στην επίλυση διαφορών προς αποφυγή εντάσεων και σχολικού εκφοβισμού.</p>
Επιμέρους Στόχοι:	<p>Στόχος αυτού του μαθήματος είναι να βοηθήσει τους μαθητές να:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Κατανοήσουν τις απαιτούμενες δεξιότητες για αποτελεσματική επικοινωνία – συχνά ο εκφοβισμός είναι αποτέλεσμα έλλειψης επικοινωνίας, συνεπώς αυτή η δραστηριότητα στοχεύει στο να βοηθήσει τους μαθητές να αποφεύγουν περιστατικά εκφοβισμού μέσω αποτελεσματικότερης επικοινωνίας. 2. Να χρησιμοποιήσουν τις επικοινωνιακές τους δεξιότητες και την αυτοπεποίθησή τους για να προστατεύσουν τον εαυτό τους από τον σχολικό εκφοβισμό. 3. Να κατανοήσουν τις απαραίτητες δεξιότητες για να επιλύουν αποτελεσματικά τις διαφορές που προκύπτουν και να γνωρίζουν πώς να χρησιμοποιούν αυτές τις δεξιότητες όταν προκύπτουν διαφορές ανάμεσα σε συμμαθητές

	τους.
Εκπαιδευτικά Αποτελέσματα:	<p>Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, οι μαθητές θα είναι σε θέση να:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Αναγνωρίζουν τα χαρακτηριστικά καλής ή κακής επικοινωνίας. 2. Αναγνωρίζουν τη διαφορά ανάμεσα σε συμπεριφορές αυτοπεποίθησης και επιθετικότητας. 3. Αναγνωρίζουν τα ωφέληματα της αυτοπεποίθησης και να νιώσουν το συναίσθημα της αυτοπεποίθησης. 4. Αναγνωρίζουν τις δεξιότητες που απαιτούνται για την εφαρμογή αποτελεσματικών τεχνικών για επίλυση διαφορών.
Υλικά:	Πίνακας, μαρκαδόροι, στυλό, χαρτί
Δραστηριότητες	
Δραστηριότητα 1	<p>Αυτοπεποίθηση (10 λεπτά)</p> <p>Ο δάσκαλος χρησιμοποιεί τον πίνακα και τον μαρκαδόρο για να ενθαρρύνει μια ομαδική συζήτηση με θέμα τις επικοινωνιακές δεξιότητες. Οι μαθητές καλούνται να δώσουν μια πτυχή ή ένα χαρακτηριστικό καλής ή κακής επικοινωνίας. Όταν ο δάσκαλος ακούσει ένα παράδειγμα καλής επικοινωνίας και ένα παράδειγμα κακής επικοινωνίας από κάθε μαθητή, η τάξη αναλογίζεται τον κατάλογο παραδειγμάτων ως ομάδα.</p>
Δραστηριότητα 2	<p>Αυτοπεποίθηση (15 λεπτά)</p> <p>Έπειτα, ο δάσκαλος εισάγει το θέμα της αυτοπεποίθησης. Ζητά από τους μαθητές να εργαστούν σε ζευγάρια και να προσπαθήσουν να δώσουν έναν ορισμό στον όρο «αυτοπεποίθηση» (5 λεπτά). Οι μαθητές ανακοινώνουν τους ορισμούς τους ενώ ο δάσκαλος τους καταγράφει στον πίνακα. Έπειτα η τάξη προσπαθεί να καταλήξει σε έναν ορισμό με τον οποίο συμφωνούν όλοι.</p>
Δραστηριότητα 3	<p>Αυτοπεποίθηση (15 λεπτά)</p> <p>Παιχνίδι ρόλων: Ο δάσκαλος δίνει το ακόλουθο σενάριο και ζητά από τους μαθητές να εργαστούν σε ζευγάρια και να σκεφτούν 3 διαφορετικές εξελίξεις για το σενάριο – μια έκβαση αυτοπεποίθησης (να μην τους επιτρέψει να μπουν μπροστά της), μια έκβαση επιθετική (να μην τους επιτρέψει να μπουν στη σειρά αντιμετωπίζοντας τες επιθετικά), και μια έκβαση με έλλειψη αυτοπεποίθησης (να τις αφήσει να μπουν μπροστά της και να αισθάνεται θυμωμένη).</p>

	<p>Το σενάριο έχει ως εξής: «Το αγαπημένο συγκρότημα της Μαίρης θα δώσει συναυλία στην πόλη. Είναι πολύ ενθουσιασμένη και παρακαλεί τους γονείς της να της επιτρέψουν να πάει. Της λένε ότι μπορεί να πάει. Πηγαίνει να αγοράσει εισιτήρια και περιμένει στη σειρά, γιατί πιστεύει ότι αυτός είναι ο πιο σίγουρος τρόπος να τα πάρει, σε περίπτωση που δεν λειτουργεί η ιστοσελίδα όπου θα πωλούνται αργότερα τα εισιτήρια. Επειδή είναι πολύ δημοφιλής η συναυλία, υπάρχει όριο ενός εισιτηρίου ανά άτομο. Πολλοί περιμένουν στη σειρά για 4 ώρες, υπάρχουν εκατοντάδες άνθρωποι μπροστά της και σιγά σιγά πλησιάζει στο ταμείο. Αγωνιά πολύ. Φοβάται μήπως εξαντληθούν τα εισιτήρια ενώ ανησυχεί επειδή είπε στους γονείς της ότι θα επέστρεφε σπίτι με το εισιτήριο πριν δυο ώρες. Ελπίζει να μην θυμώσουν. Είναι μόνο 3 άτομα μπροστά της τώρα και είναι σίγουρη ότι θα πάρει το εισιτήριο. Τότε βλέπει 3 κορίτσια από το σχολείο της να μπαίνουν μπροστά της στη σειρά. Μιλάνε στο αγόρι που στέκεται μπροστά της λες και είναι ο καλύτερός τους φίλος, με στόχο να μπουν μπροστά στη σειρά. Στέκονται μπροστά από τη Μαίρη, σπρώχνοντάς την προς τα πίσω. Οι άνθρωποι πίσω από τη Μαίρη δυσανασχετούν αλλά κανείς δεν τους λέει κάτι.</p> <p>Τι νομίζετε πρέπει να κάνει η Μαίρη;»</p>
<p>Δραστηριότητα Αξιολόγησης</p>	<p>Αυτοπεποίθηση (5 λεπτά)</p> <p>Μετά από αυτή τη σύντομη δραστηριότητα, οι μαθητές συζητούν πώς θα ένιωθε η Μαίρη σε κάθε μια από τις τρεις αντιδράσεις. Π.χ. πώς θα ένιωθε αν αντιδρούσε 1. Με αυτοπεποίθηση, 2. Με επιθετικότητα, ή 3. Χωρίς αυτοπεποίθηση. Οι μαθητές καλούνται να αναλογιστούν:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Την αντίδραση των 3 κοριτσιών σε κάθε ένα από τα 3 σενάρια. ➤ Πώς θα ένιωθε η Μαίρη όταν θα έλεγε στους γονείς της τι έγινε και στα 3 σενάρια.
<p>Δραστηριότητα 1</p>	<p>Επίλυση Διαφορών (10 λεπτά)</p> <p>Ο δάσκαλος σημειώνει στον πίνακα κάποιες βασικές τεχνικές επίλυσης διαφορών, όπως:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ψύχραιμος αναλογισμός της διαφοράς, και προσπάθεια κατανόησης όλων των πλευρών • Αποτελεσματική επικοινωνία με την άλλη πλευρά • Αναλογισμός πιθανών πρακτικών λύσεων στο πρόβλημα

	<ul style="list-style-type: none"> • Συζήτηση για εξεύρεση ικανοποιητικής λύσης • Αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας της λύσης <p>Ο πιο πάνω κατάλογος αποτελεί βασικά βήματα που ακολουθούνται στην επίλυση μιας διαφοράς. Οι μαθητές καλούνται να αναλογιστούν αυτόν τον κατάλογο και να προτείνουν τις επικοινωνιακές δεξιότητες που απαιτούνται για κάθε βήμα.</p>
<p>Δραστηριότητα 2</p>	<p>Επίλυση Διαφορών (15 λεπτά)</p> <p>Παιχνίδι ρόλων: Ο δάσκαλος ζητά από τους μαθητές να εργαστούν σε ομάδες των τριών και να γράψουν ένα σύντομο σενάριο που να παρουσιάζει μια διαφορά και πώς αυτή μπορεί να επιλυθεί.</p> <p>Στο παιχνίδι ρόλων, δύο μαθητές πρέπει να βρίσκονται σε αντιπαράθεση μεταξύ τους, ενώ ο τρίτος μαθητής θα προσπαθήσει να επιλύσει τη διαφορά βρίσκοντας μια λύση. Η ομάδα θα σκεφτεί και θα αναπτύξει τον ρόλο του καθενός στο σενάριο.</p> <p>Το θέμα και το πρόβλημα πρέπει να τα σκεφτούν οι μαθητές – είναι σημαντικό να σκεφτούν ένα σενάριο που να είναι σχετικό με τα ενδιαφέροντα και τη ζωή τους, και να γράψουν έναν διάλογο όπου να φαίνεται το τι έχουν μάθει σε σχέση με την επίλυση διαφορών και τις επικοινωνιακές δεξιότητες.</p>
<p>Δραστηριότητα 3</p>	<p>Επίλυση Διαφορών (15 λεπτά)</p> <p>Οι μαθητές καλούνται να παρουσιάσουν θεατρικά τα σενάρια τους.</p> <p>Στο τέλος των παρουσιάσεων, ακολουθεί συζήτηση στην οποία οι μαθητές καλούνται να προτείνουν εναλλακτικούς τρόπους επίλυσης των διαφορών.</p>
<p>Δραστηριότητα Αξιολόγησης</p>	<p>Επίλυση Διαφορών (5 λεπτά)</p> <p>Οι μαθητές καλούνται να αναλογιστούν τι έμαθαν από τη δραστηριότητα:</p> <p>Καλούνται να σκεφτούν τον ρόλο που έπαιξαν στο θεατράκι και πώς αισθάνθηκαν όταν επιλύθηκε η διαφορά. Έπειτα καλούνται να γράψουν μια σύντομη παράγραφο (150 λέξεις το πολύ) για το πώς η διαφορά τους έκανε να νιώσουν, πώς ένιωσαν μετά την επίλυσή της και τι δεξιότητες χρειάστηκαν για να φτάσουν σε αυτό το σημείο.</p>

