

## Plan de lecție: Abilități sociale și de comunicare care implică asertivitate și tehnici de rezolvare a conflictelor

Durată:	2 unități de predare (45 de minute per unitate) Prima unitate se concentrează pe asertivitate. A doua unitate se ocupă de subiectul rezolvării conflictului.
Descriere sintetică:	<p>Scopul acestei lecții este de a le prezenta elevilor subiectele legate de asertivitate și rezolvarea conflictelor. Lecția îi va ghida pe elevii de 12-14 ani (ciclul gimnazial) către complexitatea procesului de comunicare. Este important ca elevii să înțeleagă că ar trebui să fie asertivi în relațiile sociale ca să nu devină victime de care se profită, dar ar trebui să fie învățați, în egală măsură, să stea la distanță și să evalueze situația socială înainte de a reacționa. Această atitudine este indicată pentru:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• A nu reacționa exagerat și a nu-și risca siguranța;</li> <li>• A nu cauza un conflict personal cu cealaltă parte;</li> <li>• A stabili o delimitare între a fi asertiv și a fi agresiv; și</li> <li>• A nu fi percepuți ca agresori prin atitudinea lor (agresivă).</li> </ul> <p>Pentru acest motiv, această activitate a fost concepută pentru a folosi o serie de exemple practice și activități cu joc de rol, în care elevilor li se cere să se gândească la un scenariu prezentat în prima lecție, să genereze trei răspunsuri la scenariu și apoi să discute cum l-ar face să se simtă pe protagonist fiecare din variantele respective. În a doua lecție, elevilor li se cere să conceapă ei singuri un scenariu de joc de rol pentru a-i ajuta să se concentreze pe modul în care ar reacționa la un conflict, pe cauza conflictului dintre ei și pe mijloacele cele mai eficiente de rezolvare a conflictului. La finalul fiecărei activități, elevilor li se va cere să participe la o discuție de grup, ceea ce va permite profesorului să evalueze nivelul de înțelegere a subiectelor discutate iar elevilor să reflecteze asupra ceea ce au învățat și să problematizeze pe seama conținutului.</p> <p>Aceste activități au fost proiectate pentru a se asigura conștientizarea de către elevi a reacțiilor naturale la scenarii sociale; prin scrierea răspunsurilor la scenariul cu joc de rol prezentat, prin scrierea propriului scenariu cu joc de rol și prin scrierea unei lucrări de reflecție, se urmărește ca elevii să devină mai conștienți de stilul de comunicare și de propriile emoții și vor învăța să-și controleze răspunsurile la situațiile sociale într-o modalitate asertivă dar non-conflictuală față de cealaltă parte.</p>

	Pentru această activitate, profesorul are nevoie de stilouri și hârtie pentru ca studenții să completeze exercițiile detaliate mai jos; o tablă albă și markere pentru a facilita discuțiile de grup și pentru a problematiza subiectele care derivă din această activitate.
Taguri:	Abilități sociale și de comunicare, asertivitate, rezolvarea conflictului, bullying-ul relaționat cu abilități sociale subdezvoltate, victimizare ca rezultat al atitudinii non-asertive, rezolvarea conflictului ca mijloc de stopare a bullying-ului.
Scop:	Scopul planului de lecție este de a ridica nivelul de conștientizare al elevilor în privința modului de interacțiune cu colegii lor în situații sociale, de a îmbunătăți abilitățile de comunicare pentru a fi mai asertivi dar non-agresivi și de a dezvolta abilitățile de rezolvare a conflictelor ca mijloc de a aplană situațiile sociale tensionate și de a rezolva cazuri de bullying.
Obiective:	<p>Lecția intenționează să creeze cadrul propice pentru ca studenții să:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Înțeleagă abilitățile de care au nevoie pentru a fi comunicatori eficienți – o mare parte a situațiilor de bullying își are rădăcina într-un proces de comunicare coruptă, astfel că această activitate țintește să ajute elevii să evite situații de bullying printr-o comunicare eficientă.</li> <li>• Folosească abilitățile de comunicare asertive pentru a se apăra și a-și susține părerile pentru a nu deveni victime ale bullying-ului.</li> <li>• Înțeleagă de ce abilități au nevoie pentru a rezolva eficient conflictele care apar și să știe cum să le folosească atunci când apar conflicte printre colegi.</li> </ul>
Rezultatele învățării :	<p>La terminarea cu succes a lecției, elevii vor putea să:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identifice caracteristicile unei bune sau proaste comunicări.</li> <li>2. Identifice diferența dintre comportament asertiv și agresiv.</li> <li>3. Identifice beneficiile unui comportament asertiv și să înțeleagă cum este percepută asertivitatea de către o persoană.</li> <li>4. Identifice abilitățile cerute pentru ca folosirea tehnicilor de rezolvare a conflictelor să fie eficiente.</li> </ol>
Material:	Tablă albă, Markere, Stilouri, Hârtie
<b>Activități</b>	

<p><b>Activitate 1</b></p>	<p><b>Asertivitate</b> (10 minute)</p> <p>Profesorul folosește tabla albă și markere pentru a iniția o discuție de grup pe tema abilităților de comunicare. Elevii sunt rugați să identifice individual un aspect sau caracteristică a unei bune sau proaste comunicări. Imediat ce profesorul a primit câte un exemplu de comunicare bună și comunicare proastă de la fiecare elev, clasa poate revedea lista împreună.</p>
<p><b>Activitate 2</b></p>	<p><b>Asertivitate</b> (15 minute)</p> <p>În continuare profesorul introduce subiectul <i>asertivitate</i>. El cere elevilor să lucreze în perechi pentru a scrie o definiție a asertivității (5 minute). Adunând apoi grupul, profesorul cere definițiile perechilor respective. Le scrie pe tabla albă până când clasa găsește o definiție comună cu care sunt toți de acord.</p>
<p><b>Activitate 3</b></p>	<p><b>Asertivitate</b> (15 minute)</p> <p>Joc de rol: profesorul prezintă următorul scenariu și le cere să lucreze în perechi pentru a veni cu trei variante de răspuns la scenariu - 1 unul pentru situația pe care o cred asertivă (nu îi lasă se intervină); 1 unul pentru situația pe care o cred agresivă (nu îi lasă să intervină decât în sens conflictual); 1 pentru situația pe care o cred non-asertivă (îi lasă să intervină și să simtă furie).</p> <p>Scenariul este următorul:          "Formația favorită a lui Mary susține un concert în orașul ei. extrem de emoționată, îi roagă pe părinți să o lase să meargă. ei sunt de acord. Se duce să ia bilete la concert de la casă deoarece crede că acesta este cel mai sigur mod de a obține biletele în cazul în care site-ul se blochează când se pun în vânzare biletele. Este probabil ca acesta să fie un concert cu casa închisă, deci este o limită de un bilet pentru fiecare persoană. Mary stă la coadă de 4 ore, sunt sute de oameni înaintea ei și în cele din urmă ajunge către finalul cozii. Devine nerăbdătoare; se îngrijorează că se termină biletele și că ar fi trebuit să se ajungă acasă cu două ore mai devreme, după cum le spusese părinților și spera ca să nu intre în bucluc. Mai are trei persoane înaintea ei și e sigură că va prinde un bilet. Tocmai atunci, observă trei fete de la școală care vin și intră prin față. Fac mare caz de faptul că îl cunosc pe băiatul dinaintea ei și se comportă ca și cum le-ar fi cel mai bun prieten pentru ca să scape de coadă. Se strecoară chiar în fața lui Mary, forțând-o să dea înapoi. Oamenii din spatele lui Mary comentează și mormăie în barbă dar nimeni nu le spune să respecte coada.</p>

	Ce credeți că ar trebui să facă Mary?”
<i>Activitate de evaluare</i>	<p><b>Asertivitate</b> (5 minute)</p> <p>În continuarea acestei mici activități de grup, elevilor li se cere să se alăture grupului clasei și să discute cum s-a simțit Mary, conform celor trei reacții despre care ei au scris adică, cum s-ar simți după dacă ar fi 1. asertivă, 2. agresivă sau 3. non-asertivă. Ar trebui să se gândească la:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Cum ar reacționa cele trei fete față de Mary în toate cele 3 scenarii și,</li> <li>➢ Cum s-ar simți Mary spunându-le părinților ce s-a întâmplat în toate cele 3 scenarii.</li> </ul>
<i>Activitate 1</i>	<p><b>Rezolvarea Conflictului</b> (10 minute)</p> <p>Profesorul folosește tabla albă și marker pentru a prezenta câteva tehnici obișnuite de rezolvare a conflictului. Acestea pot include:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Detașează-te de conflict și încearcă să-l înțelegi din toate perspectivele;</li> <li>• Comunică eficient cu cealaltă parte/celelalte părți implicate în conflict;</li> <li>• Brainstorming pentru găsirea unor soluții practice la problemă;</li> <li>• Negociază o rezolvare satisfăcătoare;</li> <li>• Evaluează eficiența rezolvării.</li> </ul> <p>Lista de mai sus reprezintă pașii tipici de rezolvare a conflictului. Elevii sunt rugați să revizuiască lista și să sugereze care sunt abilitățile de comunicare de care are nevoie o persoană pentru fiecare pas stabilit. Grupul revizuieste lista abilităților împreună.</p>
<i>Activitatea 2</i>	<p><b>Rezolvarea Conflictului</b> (15 minute)</p> <p>Joc de rol: profesorul îi roagă pe elevi să lucreze în grup de 3 pentru a scrie un scurt scenariu care să prezinte o situație de conflict și modul în care se poate rezolva.</p> <p>În acest joc de rol 2 elevi vor fi în conflict iar un al treilea va acționa pentru rezolvarea conflictului dintre cei doi și pentru găsirea unei soluții. Grupul va discuta în sesiune brainstorming rolul celor 3 actori pentru a proiecta scenariul jocului de rol.</p> <p>Subiectul jocului de rol și conflictul sunt lăsate la dispoziția elevilor - este important să se gândească la un scenariu care este relevant pentru ei și să gândească un dialog pentru scena care le permite să demonstreze ce au învățat despre tehnicile de rezolvare a conflictului și abilitățile de</p>

	comunicare.
<i>Activitate 3</i>	<p><b>Rezolvarea Conflictului</b> (15 minute)</p> <p>Elevii sunt rugați să joace scenariile lor cu rolurile respective în grupuri mici.</p> <p>La finalul tuturor activităților, într-un grup lărgit al clasei, elevii sunt rugați să sugereze căi alternative în care conflictele ar fi putut fi rezolvate prin discuții de grup.</p>
<i>Evaluarea Activității</i>	<p><b>Rezolvarea Conflictului</b> (5 minute)</p> <p>Elevii sunt invitați să se implice într-un exercițiu scurt de reflecție:</p> <p>Ei sunt rugați să reflecteze la rolul pe care l-au jucat în jocul de rol și cum s-au simțit când conflictul a fost rezolvat. Apoi sunt rugați să scrie un scurt paragraf (150 cuvinte max.) despre cum i-a făcut conflictul să se simtă, cum s-au simțit după ce s-a găsit rezolvarea și ce abilități au folosit pentru a ajunge la acel punct.</p>