

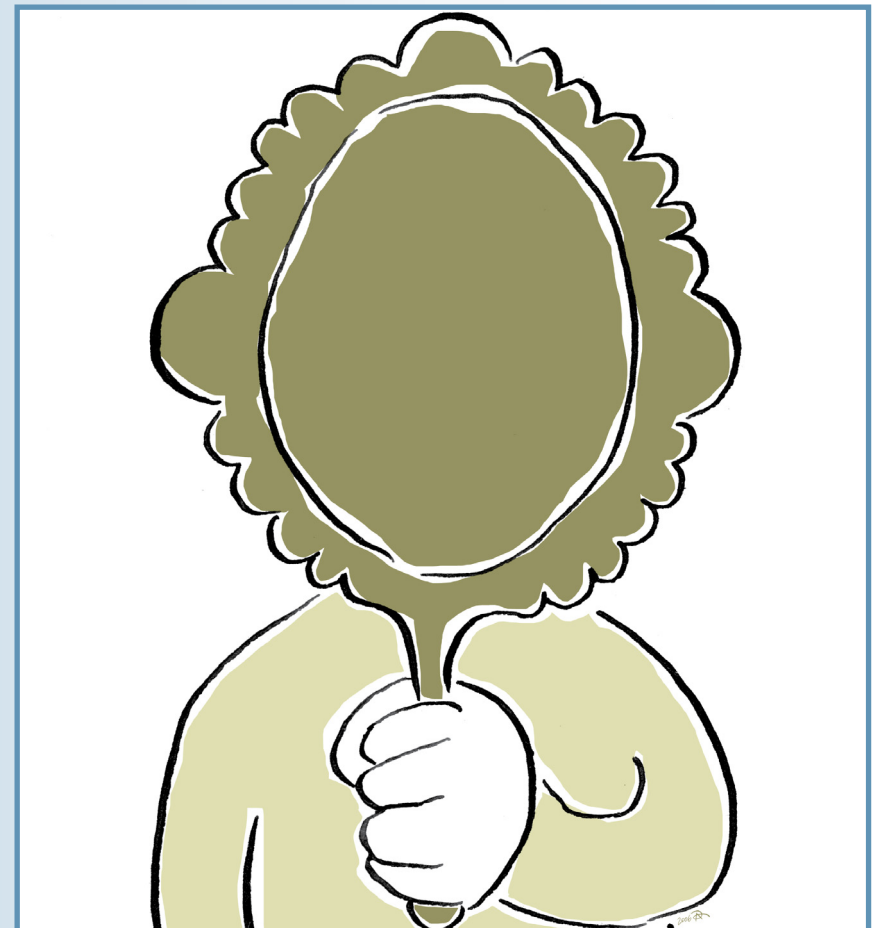
# Büszkeség és balítélet

## ÖNMAGAM ÉS A MÁSIK MEGISMERÉSE

A modul szerzője: Simon Gabriella

SZOCIÁLIS, ÉLETVITELI  
ÉS KÖRNYEZETI KOMPETENCIÁK

10. ÉVFOLYAM



## MODULVÁZLAT

	Tevékenységek – időmegjelöléssel	A tevékenység célja, fejlesztendő készségek	Munkaformák és módszerek	Eszközök, mellékletek	
				Diák	Pedagógus
<b>1. rész (3 x 45 perc)</b>					
<b>I. Ráhangelés, a feldolgozás előkészítése</b>					
<b>I/a Hová tartozom? – Helyem, helyzetem a mában</b>					
A	A tanulók a játékban különböző szempontok szerint kiscsoportokat alkotnak, így elhelyezik magukat társaik között, és megismerik egymáshoz való kapcsolódásaik azonosságát és különbözőségét. 20 perc	Helyünk felismerése a különböző szempontok alapján Önmeghatározás	Frontális osztálymunka – játék Csoportmunka		P1 (Hová tartozom?) Színes A/4-es lapok
<b>I/b A játék értelmezése</b>					
A	A tanulók körben ülve megbeszélik a tapasztalataikat. Beszámolnak arról, hogy milyen fontos szerepeikben jelentek meg a játékban, mennyire meghatározóak ezek számukra, melyek a legfontosabbak, és melyeket szeretnék erősíteni vagy gyengíteni. 15 perc	Kapcsolati viszonyok tudatosítása Önismeret Szabad választás	Frontális osztálymunka – beszélgetés		

	Tevékenységek – időmegjelöléssel	A tevékenység célja, fejlesztendő készségek	Munkaformák és módszerek	Eszközök, mellékletek	
				Diák	Pedagógus
<b>II. Új tartalom feldolgozása</b>					
<b>II/a Mit nem tudtok rólam? – Lássatok meg!</b>					
A	<p>Az egész csoport körben ül, a tanulók lehetőleg olyan valaki mellett foglaljanak helyet, akivel nem túl szoros, de nem is ellenséges a kapcsolatuk. Minden gyerek a bal oldali szomszédjával szabadon beszélget: a párok mindkét tagja elmond a másiknak egy olyan történetet, tulajdonságot, érdeklődési kört magáról, melyet még nem tudhat róla a társa, de szívesen megosztja vele.</p> <p>A beszélgetés végeztével a pár egyik tagja feláll, és társa mögé áll, kezét a vállára teszi, és egyes szám első személyben elmondja a társa nevében, szerepében azt az információt, amelyet közölt magáról.</p> <p style="text-align: right;">20 perc</p>	<p>Önismeret Nyitottság Önkifejező készség Önelfogadás Tolerancia Empátia Szabatos fogalmazás</p>	<p>Páros munka – beszélgetés Egész csoport együtt – szerepjáték</p>		P2 (Mit nem tudtok rólam?)
<b>II/b Hogyan hangolódom rá másra? Hogyan működöm együtt?</b>					
A	<p>A gyerekek egymással szemben állva, tenyerüket egymás felé fordítva helyezkednek el. Feladatuk a beszéd nélküli egymásra hangolódás tenyérvezetéssel és hurkapálcával fenntartott kapcsolat segítségével.</p> <p>A játék végeztével körben ülve mindenki megosztja a csoporttal élményeit, tapasztalatait.</p> <p style="text-align: right;">25 perc</p>	<p>Együttműködés megtapasztalása Másokra hangolódás Mások igényeinek elfogadása Szabad, elfogulatlan beszélgetés Önismeret</p>	<p>Páros és csoportmunka – játék Egész csoport együtt – beszélgetés</p>		P3 (Hogyan hangolódom rá másra?) Magnetofon Halk aláfestő zene

	Tevékenységek – időmegjelöléssel	A tevékenység célja, fejlesztendő készségek	Munkaformák és módszerek	Eszközök, mellékletek	
				Diák	Pedagógus
<b>II/c Megismételhetetlen vagyok!</b>					
A	A tanulók egy darab papírra írják le rövid önjelmezésüket néhány tulajdonságuk segítségével. Bedobják a cédulákat egy kalapba. A csoport feladata kitalálni, hogy kinek a jellemzését olvassák fel. Rövid beszélgetésben megosztják egymással a játékok által keltett érzéseiket és a tapasztalatokat. 35 perc	Az énkép megfogalmazása, összevetése a társak által őrzött képpel Önismeret Tolerancia Empátia	Egész csoport együtt – önálló munka, beszélgetés	Papírlapok, íróeszközök	P4 (Megismételhetetlen vagyok)
<b>III. Az új tartalom összefoglalása, ellenőrzés és értékelés</b>					
<b>III/a Mit szeretek benned?</b>					
A	Angyalszárnyak készítése: a tanulók csomagolópapírt erősítenek egymás hátára. A papírra mindenki ráírja, amit társában a legjobban kedvel. Lehetőleg mindenki mindenkinek küldjön egy gondolatot. 15 perc	Mások megbecsülése Több szempontú megközelítés Empátia Értékek közvetítése	Egész csoport együtt	Csomagolópapír, vastag filctollak	P5 (Angyalszárnyak – Mit viszek haza?)
<b>III/b Mit viszek haza?</b>					
A	Miután az üzeneteket megkapták a gyerekek, leveszik a papírt, és elolvassák az ajándéksorokat (de csak maguknak). Majd körben ülve megosztják gondolataikat, érzéseiket a társaikkal. A szót egy rongylabda dobálásával adják át társuknak. 15 perc	A foglalkozás során esetleg keletkezett rossz érzések oldása Tapasztalatok összegzése, mélyítése	Egész csoport együtt – beszélgetőkör		Rongylabda

	Tevékenységek – időmegjelöléssel	A tevékenység célja, fejlesztendő készségek	Munkaformák és módszerek	Eszközök, mellékletek	
				Diák	Pedagógus
B	A pedagógus a levezető beszélgetésben olyan kérdéseket tesz fel, amelyek segítik a pozitív élmények felidézését. Mindenki a számára pozitív élményről számol be. Záráskor már csak általánosságban folyik a beszélgetés. A szót egy rongylabda dobálásával adják át társuknak a gyerekek. 15 perc	Érzések tudatosítása Empátia	Egész csoport együtt – beszélgetőkör		Rongylabda
<b>2. rész (3 x 45 perc)</b>					
<b>I. Ráhangolás, a feldolgozás előkészítése</b>					
<b>I/a Önismereti játék – kapcsolataim</b>					
A	A gyerekek segédeszközök kiválasztásával rakják ki, mutatják be legfontosabb kapcsolataikat. Az önmagukat jelképező tárgyhoz képest helyezik el a különböző kapcsolataikat szimbolizáló többi tárgyat. A távolság mértékével jelzik a kapcsolat fontosságát. 20 perc	A kapcsolatrendszer tudatosítása Érzelmi kapcsolatok megjelenítése Önismeret Kreativitás	Egész osztály – önálló munka, beszélgető	Csomagolópapír, A/4-es papírlapok, kisméretű egynemű tárgyak	P6 (Önismereti játék – kapcsolataim)
<b>I/b A kapcsolati rendszer értelmezése</b>					
A	Mindenki hangosan értelmezi a saját rendszerét a többiek (és önmaga) számára. 20 perc	Nyílt beszélgetés a kapcsolatokról Kommunikációs készség Nyitottság Elfogadás	Egész osztály együtt – beszélgetés		

	Tevékenységek – időmegjelöléssel	A tevékenység célja, fejlesztendő készségek	Munkaformák és módszerek	Eszközök, mellékletek	
				Diák	Pedagógus
<b>II. Új tartalom feldolgozása</b>					
<b>II/a Mennyire engedem közel?</b>					
A	A csoport körben áll, a gyerekek szemkontaktussal választanak maguknak párt. Először a kialakult párok játsszák a játékot, majd lehetőség van párcserére. A gyakorlatot az egyéni tapasztalatok megbeszélése követi.  20 perc	A szükséges távolság felmérése kölcsönös viszonyban Önismeret Önmegfigyelés	Páros munka – játék Egész csoport együtt – megbeszélés		P7 (Mennyire engedem közel?)
<b>II/b Hogyan hatok másokra? Miként lehet hatni rám?</b>					
A	Ökölnyitás nonverbális gyakorlata: a tanulók egymással szemben foglalnak helyet. Megtapasztalják, hogy milyen eszközökkel tudják rábírní társukat tenyerük kinyitására. Ezután a párosok szerepet cserélnek, és megbeszélik élményeiket; aki szívesen teszi, megoszthatja élményét a többiekkel is.  15 perc	Önismeret Nyitottság Önbizalom Önszabályozás Mások elfogadása	Páros munka Egész csoport együtt – megbeszélés		P8 (Hogyan hatok másokra? Miként lehet hatni rám?)
<b>II/c Hogyan vélekedem másokról?</b>					
A	A szakértői mozaikban együtt dolgozó csoport kialakítása. A négyfős csoportok egy-egy asztalnál foglalnak helyet.  5 perc		Egész csoport együtt – játék	Négy tanulónként egy pár cipőfűző	P9 (Csoportalakítás)

	Tevékenységek – időmegjelöléssel	A tevékenység célja, fejlesztendő készségek	Munkaformák és módszerek	Eszközök, mellékletek	
				Diák	Pedagógus
<b>II/d Hogyan vélekedem másokról? Az egyén társas interakciókban</b>					
A	<p>A csoportok minden tagja egy-egy rövid szöveget, illetve egy tesztet kap, melyet gondos elolvasás után megold.</p> <p>A megoldásokat a szakértői mozaiknak megfelelően megbeszélik. Ezután megkapják a helyes megoldásokat a pedagógustól, és ezeket is megbeszélik.</p> <p>Csoportjukba visszaülve már csak a helyes megoldásokat tanítják meg társaiknak.</p> <p style="text-align: right;">25 perc</p>	<p>Viselkedés vizsgálata társas interakciókban</p> <p>Vélekedések és tapasztalatok ütköztetése</p>	<p>Kooperatív tanulás – szakértői mozaik</p>	<p>D1 (Mit tegyünk Judittal?)</p> <p>D2 (Milyen ember Joe?)</p> <p>D3 (Nem több, mint józan ész)</p> <p>D4 (Önmagunk és mások viselkedésének magyarázata)</p> <p>D5 (Megoldások)</p>	<p>P10 (Hogyan vélekedem másokról?)</p>
<b>III. Az új tartalom összefoglalása, ellenőrzés és értékelés</b>					
<b>III/a Előzőek értelmezése</b>					
A	<p>A négyfős csoportok tagjai az óramutató járásával megegyező irányban elmondják egymásnak gondolataikat, felismeréseiket a foglalkozás négy témájáról.</p> <p style="text-align: right;">20 perc</p>	<p>Véleményalkotás</p> <p>Előítéletek felismerése</p> <p>Gondolatok rendszerezése</p>	<p>Kooperatív tanulás – szóforgó</p>		
<b>III/b Játék – mit viszek haza?</b>					
A	<p>A csoport nagy körben ül, és elmondja gondolatait arról, hogy mit visz magával haza a foglalkozás végeztével.</p> <p style="text-align: right;">10 perc</p>	<p>Ön- és társreflexió</p>	<p>Egész csoport együtt – beszélgetés</p>		

## TANÁRI SEGÉDLETEK

### P1 Hová tartozom? – A szociometrikus csoportalakítás szempontjai és a játék lebonyolítása

Honnan jöttél? Hová tartozol? – szülőhelyemen élek; máshol születtem: másik faluban, másik városban, másik kerületben, más országban.

Vannak testvéreid? Nincs; egy; kettő; három; több.

Honnan választod a barátaidat? Régi iskolatársak közül; az osztályból; a lakóhelyemről; a rokonságból; máshonnan.

Mi az érdeklődési köröd szabadidődben? Sport; zene; irodalom; más.

Az egyes szempontokat érdemes az osztály hangulatának, összetételének, aktuális kapcsolati viszonyai szerint úgy meghatározni, a fenti példák alapján, hogy a gyerekek minél többféleképpen csoportosulhassanak, és minél több új információt szerezhessenek egymásról.

Miután a pedagógus megadta az első szempontsört, a gyerekek elhelyezkednek a megfelelő kiscsoportban. Tudatosítják, hogy kikkel állnak egy csoportban, kérdezhetnek egymástól. Egy-egy kör végén az új szempont szerint helyet lehet változtatni. Ekkor mindenki mozoghat, tájékozódhat, és az aktuális szempont tudatosításával, kérdezősködéssel keresi meg helyét a csoportban. Miután mindenki elhelyezkedett, egy mondattal minden tanuló világossá teszi a többiek számára is, miért ott állt meg.

Az újabb szempontokat egy-egy statikus állapot elérése után kell meghatározni, hogy előbb mindenki elmondhassa gondolatait, majd megtalálja újabb helyét. Előfordulhat, hogy valaki egyedül marad egy kérdés kapcsán (például csak ő született külföldön); ilyenkor a pedagógus lépjen melléje, és segítsen megfogalmazni helyzetének pozitív értelmezését.

A jó hangulat kialakításához ajánlott humoros választási szempontokat is felkínálni, és lehetőséget teremteni arra, hogy a gyerekek adjanak meg olyan szempontsört, amelyre ők kíváncsiak.

A munka megkönnyítése érdekében érdemes előre meghatározni és színes A/4-es lapokra egyenként felírni a szempontokat. A feladat célja az egymásra hangolódás, a bemelegítés, ezért ügyeljünk az időkeretre.

### P2 Mit nem tudtok rólam?

A pedagógus hangsúlyozza, hogy nem titkokra vagyunk kíváncsiak, hanem a beszélgetés célja önmagunk megmutatása, egymás megismerése.

A visszajelzést adó pár felelőssége, hogy hűen tolmácsolja a hallottakat. Adjunk lehetőséget a bemutatott tanulónak a korrekcióra, ha úgy érzi, hogy a társa hamis információt adott róla a csoportnak. Segítsünk szükség esetén azoknak, akik zavarban vannak az újszerű helyzetben. Mondatkezdési lehetőségek: „Örülök, hogy megtudtam X-ről, hogy...”; „Szeretném, ha ti is csodálkoznátok azon, hogy milyen különleges...”.

### P3 Hogyan hangolódok rá másra?

A csoport egyszerű számozással párokra oszlik. Minden „egyes” számú gyerek a terem egyik végében áll, a „kettesek” velük szemben helyezkednek el. Mindenki a vele szemben álló párja lesz. Miután a párok szabadon elhelyezkedtek a teremben egymással szemben, felveszik a szemkontaktust. Közelebb lépnek egymáshoz, és tenyerüket körülbelül 10 cm távolságban egymás felé fordítják, és tükrözik vezető társuk mozdulatait.



Először az „egyesekek” vezetnek, majd a tanár jelére (például taps) 2–3 perc múlva szerepet cserélnek.

Egymáshoz nem érhetnek, a feladat nonverbális, tehát nem szabad beszélgetni. (Nevetés előfordulhat a gyakorlat közben.)

Félideőben, körülbelül 7 perc múlva a párok mindkét kezük mutatóujja közé hurkapálcát fognak, és ismét a pár egyik tagja mozgatja kezét, a másik pedig követi; 2–3 perc múlva szerepet cserélnek. Jól együttműködő csoportban a tanár megkérheti a párokat, hogy az éppen nem irányító fél bújjon át a továbbra is együtt megtartott pálcák alatt.

#### *A visszajelzéshez ajánlott szempontok:*

Milyen érzés volt irányítani, meghatározó félnek lenni?

Milyen volt mások igényeit megérezni, ráhangolódni, követni azokat?

Mennyire volt nehéz vagy könnyű feladat irányítani és irányítottat lenni?

### **P4 Megismételhetetlen vagyok**

A feladat akkor válik érdekessé és izgalmassá a csoport számára, ha a gyerekek önjellemzésükkor kerülnek a konkrét információkat: ha külső és belső tulajdonságaikkal írják le a magukról alkotott képet (3–4 belső, illetve külső tulajdonság elég lehet).

A cédulákat egy dobozba dobják, majd mindenki kihúz egyet onnan, és felolvassa a leírást. Feladata kitalálni, ki lehet a leírt személy. A kitaláló indokolja meg véleményét. Ha nem sikerül kitalálnia, a csoport segíthet. Lehetőleg kerüljük a találgatást; az se forduljon elő, hogy nem derül ki, kit rejt a leírás. („Szabad a gazda” felszólításra mondhatja meg a nevét az illető, ha akarja.)

#### *A feldolgozás módja rövid beszélgetés, témája:*

Milyen érzés volt számukra, ha azonnal rájöttek a többiek, ki a leírt személy, vagy ha nehezen találták ki, esetleg tévedtek a felismerésben?

Volt-e olyan helyzet, amikor a kialakult kép nem vágott egybe a leírtakkal? Mi lehet ennek az oka?

Nem az a fontos, hogy személy szerint mindenkit elemezzenek, hanem a jelenség felismerése, értelmezése, amiért könnyen, nehezen vagy egyáltalán nem ismerünk fel másokat tulajdonságok alapján.

Ha akad olyan tanuló, akinek az elfogadottsága csekély, adjunk számára lehetőséget pozitív tulajdonságai megmutatására csendes biztatással, tapintatos segítséggel, a csoport elfogadó légkörének folyamatos fenntartásával.

### **P5 Angyalszárnyak – Mit viszek haza?**

Fontos hangsúlyozni, hogy mindenki, még a csekély elfogadottságú tanuló is kapjon pozitív üzenetet.

Kis idő elteltével felgyorsul az írás, általában jó hangulatban folyik a munka. Ha úgy érezzük, hogy a feladatot komolytalannak tekintenek a gyerekek, akkor a B módozatot válasszuk a modul lezárásához.

#### *Önálló munkában is megfogalmazható és beszélgető körben is ajánlható témák a záró visszajelzéshez:*

Milyen érzés volt megosztani veletek, hogy hová tartozom?

Miért jó, hogy többet tudtok rólam, és többet tudok rólatok?

Ajándékot kaptam ma: Megtudtam tőletek, mi az, ami bennem mások szerint szerethető: ...

## P6 Kapcsolataim – önismereti játék

A csoport tagjai üljenek körbe a földön vagy nagyobb asztalok körül. Egy-egy A/4-es papírlapot kapnak, melyet maguk elé tesznek. A közepén lévő csomagolópapíron mindenféle gomb (vagy gyöngy, vagy kulcs, kavics, üveggolyó, üveg félgömb vagy más apró, de egy-nemű tárgy) található.

Feladatuk az, hogy legfontosabb viszonyulásait (barátok, más kortárs kapcsolatok, szülők stb.) rakják ki a papírlapon a tárgyak segítségével. Természetesen önmagukat is ábrázolniuk kell a kapcsolatok rendszerében. Olyan színt, méretet, távolságot válasszanak, amely kifejezi a megjelenítendő kapcsolathoz fűződő érzéseiket.

A szép, színes gombok, üveggolyók, félgömbök vonzóak lehetnek, felkeltik a gyerekek érdeklődését, serkentik a kreatív megoldásokat. Egy gyerekre legalább öt-tíz darab jusson; ez soknak tűnik, de megéri.

Segítsünk elindulni annak, aki esetleg nem boldogul.

A feldolgozás önkéntes beszámoló formájában történik. Hívjuk fel a figyelmet arra, hogy a gyerekek megőrizhetik a kapcsolati rendszerükben szereplők anonimitását. Lehet kérdezni, de nem muszáj válaszolni. Fogalmazzák meg, mihez hasonlítható a kapcsolati rendszer alakzata.

## P7 Mennyire engedem közel?

A közelség-távolság szabályozása páros játékban, két csoportban történik. A párok a terem két végében (kb. öt méterre egymástól), egymással szemben állnak föl. Az egyik sor minden tagja egyéni tempóban, lassan és némán elindul a saját párja felé, aki szemkontaktussal, mimikával engedi közel vagy állítja meg a hozzá közeledő párját. A mozgó fél is megállhat, ha számára a távolság már elegendő.

A gyakorlatot csöndben végezzük, hogy mindenki figyelhessen a saját érzéseire. Ha a tanulók sokan vannak, kisebb csoportokra bontva dolgozzunk. A feladat végeztével a másik sorban állók közeledjenek a párjukhoz.

Cserélni is lehet, újabb párral is kipróbálhatják a gyakorlatot annak megtapasztalására, hogy a pártól függően, más-más távolság tűnik természetesnek (fiúk-fiúk, lányok-lányok és fiúk-lányok mind-mind másként szabályozzák a távolságot).

A gyakorlat során megtapasztalhatják, hogyan tudják szemkontaktussal, mimikával, nonverbális módon szabályozni a számukra kellemes és elfogadható térközt egy másik személlyel.

### *A gyakorlat elvégzése után a megbeszélendő témák:*

Mekkora területre van szükségem?

Mekkora a privát szférám, a „magánterületem”?

Mit jelentett számomra a másik által megszabott távolság?

Milyen érzés, ha belépnek a „körömbé”?

Hogyan, milyen módon jelzem a másinak a számomra megfelelő távolságot?

## P8 Hogyan hatok másokra? Miként lehet hatni rám?

### – Ökölnyitó gyakorlat

A körben ülők a baljukon lévő személyt választják páruul. Fontos, hogy most ne a korábban szemkontaktussal kialakult párok dolgozzanak együtt.

A párok kényelmesen leülnek egymással szemben. Egyikük a saját ölébe helyezi ökölbe szorított markát, a másik pedig megpróbálja kinyitni. A módszer szabadon választott, megszólalni viszont nem szabad. Két-három perc múlva (tanári instrukcióra) szerepet cserélnek, még akkor is, ha nem sikerült kinyitni a kezét. Nincsenek

elérendő célok, a lényeg, hogy mindenki a neki megfelelő módon végezze a gyakorlatot.

Fontos felhívni a figyelmet arra, hogy durvaság nem megengedett! Ha olyan párok alakulnának ki, ahol zavaró ellentét van, ne erőltessük a közös munkát.

Kamasz gyerekeknél természetesen előfordulhat, hogy nem kívánnak részt venni ebben a gyakorlatban, őket megfigyelőnek jelöljük ki, és kérjük visszajelzést tapasztalataikról, arról, hogy mit láttak.

A csoport tagjai a gyakorlat után közösen megbeszélik, hogy ki mit érzett, mit tapasztalt a játék folyamán.

#### *A megbeszélés szempontjai:*

Mennyire szorítottam össze a markom, miért?

Milyen módon próbálta a partnerem kinyitni a markom, és ez milyen érzést keltett ez bennem?

Milyen érzés volt a partner összeszorított markát nyitogatni?

Milyen módszerekkel próbálkoztam?

Milyen érzés volt a siker vagy a kudarc?

### **P9 Csoportalakítás**

Az osztály négyfős kisebb csoportokat alkot egy madzag (cipőfűző) segítségével a következőképpen: egy pár, középen összekötött cipőfűző négy vége kerül egy csoporthoz. Annyi pár cipőfűzőt kötünk így össze, ahány csoportot tudunk alkotni. A tanár középen összefogja az összes cipőfűzőt, a tanulók csak egy-egy véget fognak meg. Amikor a tanár elengedi a cipőfűzőket, az összecsomózott cipőfűzőkhöz tartozók alkotnak egy csoportot.

### **P10 Hogyan vélekedem másokról?**

Az egyes szövegek figyelmes elolvasása után gyorsan válaszoljanak a kérdésekre a gyerekek. Bizonyára olykor meglepődnek majd saját következtetéseiken, amikor feltesszük nekik a kérdést, hogy mi alapján alakították ki véleményüket. Kerüljük az értékítéleteket! Hívjuk fel a figyelmet arra, hogy az első benyomás sokszor erőteljesen befolyásolja a másik emberről kialakított képünket. Különös figyelmet kell fordítanunk arra, hogy ne ragaszkodjunk az első torzított képhez.

Ha van idő, akkor beszélgethetünk arról is, hogy volt-e már hasonló tapasztalatuk a gyerekeknek önmagukkal kapcsolatban, hogyan változott meg a másokról kialakított első kép.