Plan de activitate: „ Agresivitate sau asertivitate ? ”

CLASA: aVIII-a
MODUL: COMUNICAREA ŞI ABILITĂŢILE SOCIALE
TEMA: Forme de comunicare eficientă. ASERTIVITATEA
DURATA: 1- 2 ore didactice
COMPETENŢĂ GENERALĂ: Integrarea abilităţilor de interrelaţionare , în vedere dezvoltării personale
COMPETENŢA SPECIFICĂ: Exersarea comunicării eficiente **,** asertive

COMPETENŢE DERIVATE :
Conştientizarea unor modalităţi de comunicare (pasivă, asertivă , agresivă) şi a consecinţelor acestora
Stabilirea diferenţelor dintre atitudinea pasivă, agresivitate (directă sau indirectă) şi asertivitate

RESURSE:
fişa de lucru pentru profesor- *situaţia problemă,* manuale sau pliante pe tema ASERTIVITĂŢII
SUGESTII METODOLOGICE :
Evaluarea unei situaţii problematice
Conversaţia de grup (dezbateri, argumentări)
Jocul de rol (facultativ)

DESFĂŞURARE:
Profesorul expune **situaţia – problemă**:

Un elev în clasa a VIII-a, Mihai, a încheiat cu succes o zi de şcoală, iar acum merge în parc să îşi întâlnească prietenii. Din banii de buzunar îşi cumpără un pachet de napolitane şi un suc. Ajuns în parc, se aşează alături de prietenii săi şi îşi deschide pachetul. Imediat unul din prieteni apare din spate şi se serveşte fără să fie poftit: „Hmm... Sunt super!!! Mai vreau”. Dar înainte ca elevul nostru să poate răspunde, apare un alt prieten: „Vreau şi eu... Vreau si suc !” şi se serveşte. Al treilea la fel , ia fără să mai ceară. Astfel, pachetul se goleste, Mihai nici nu a apucat să guste si el, dar îşi spune că situaţia nu poate continua aşa...

Ce credeţi voi că simte/ gândeste/ face Mihai ?

a).Patru elevi ***interpretează (joc de rol)*** diferitele **atitudini posibile ale lui Mihai,** în această situaţie:
Elevul 1: se scuză, stânjenit, faţă de prietenii săi că nu a apucat să îi servească ... şi le lasă tot pachetul cu napolitane şi sucul
Elevul 2: se enervează vizibil, strigă la prietenii săi să îl lase în pace, aruncă pachetul pe jos , înjurând, lovind pachetul cu piciorul, etc.
Elevul 3: fără să spună nimic le lasă prietenilor sucul şi napolitanele, apoi îi ignoră astfel încât ei să simtă că s-a supărat foarte tare
Elevul 4: se ridica in fata prietenilor sai, îşi exprimă sincer şi deschis nemulţumirea faţă de comportamentul lor- „Hey...sunteti prietenii mei, dar sa stiti ca ma simt jignit de atitudinea voastra ! La mine chiar nu va ganditi ?...” El le explică că după o zi grea de şcoală simte nevoia unei mici recompense – de aceea a cumpărat dulciurile, pe care le împarte bucuros cu ei, dar în măsura în care se satură şi el.

b).Împreună cu grupul ***se discută*** în ce constau **cele patru modalităţi de răspuns**:

PASIV - acţionând ca „victime”, crezând că ceilalţi iau întotdeauna ce e mai bun, simţindu-se nemulţumiţi şi făcându-i pe ceilalţi să se simtă vinovaţi
DIRECT AGRESIV - uitând să respecte dorinţele şi sentimentele celorlalţi, acţionând cu ostilitate, atacând pentru a-şi ascunde nesiguranţa emoţională, făcându-i pe ceilalţi să se simtă supăraţi şi chiar să contraatace
INDIRECT AGRESIV - un fel de „atac al şarpelui”, fără „zgomot”, când nu îţi exprimi direct frustrarea, nemulţumirea, etc., dar îi „îngheţi” pe prietenii tăi cu atitudinea ta ostilă, făcându-i să se simtă la rândul lor frustraţi, necunoscând cauza atitudinii tale, nervoşi
ASERTIV - îţi exprimi direct sentimentele, fiind atent şi la sentimentele celor din jur şi încercând să găseşti soluţii prin care să-i mulţumeşti şi pe ceilalţi dar şi pe tine; astfel te vei simţi confortabil şi vei avea o imagine de sine pozitivă, iar prietenii tăi îţi vor aprecia sinceritatea şi corectitudinea

c). Lecţia se poate încheia cu **discuţii pe marginea unor întrebări** de tipul:
Credeţi că e dificil să fii asertiv/ferm, în special cu prietenii?
E riscant sau nu să îţi exprimi sentimentele negative? De ce da? De ce nu?
Daţi exemple din viaţa personală în care atitudinea fermă / asertivă s-a dovedit eficientă.

SUGESTIE pentru coordonatorul activităţii:
accentuaţi ideea consecinţelor emoţionale negative şi disfuncţionale, pe care le au atitudinile agresive (directe sau indirecte) şi cele pasive (mai ales sentimentele de inferioritate), contrastând puternic cu beneficiile unei atitudini asertive.

EVALUARE:
-Observaţia, răspunsurile şi prestaţiile elevilor, eventual autoevaluarea - printr- un **chestionar de asertivitate** aplicat elevilor în colaborare cu consilierul psihopedagogic.
♣