



TÁRSAS KAPCSOLATOK

8.OSZTÁLY



ÁLTALÁNOS ISKOLA 3. ÓRA

Készítette az EFOP 1.8.0-VEKOP-17-2017-00001
„Egészségügyi ellátórendszer szakmai módszertani fejlesztése” című projekt
Népegészségügyi alprojekt A/III. munkacsoportja.

A projekt a Széchenyi 2020 program keretében valósul meg.

Eredménytermék készítésének dátuma:
2020.03.15.



SZÉCHENYI  2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

FOGLALKOZÁSTERV 45 perces tanóra

Célcsoport/osztály: 8. osztály

Modul megnevezése: Társas kapcsolatok

Témakör megnevezése: Elszakadás, leválás

Órakeret/Időtartam: 45 perces tanóra

1. Feldolgozandó ismeretek: A kapcsolatok dinamikája A személyes kapcsolatok kezelése Veszteségekkel való megküzdés

2. Kulcsfogalmak: kötődés, kapcsolat, kapcsolati szükséglet, csoport, csoportfejlődés, elválás, veszteség, gyász, változás, újrakezdés, megküzdés

3. Kapcsolódás a tantárgyak között: Magyar nyelv és irodalom, Ének-zene

4. Kapcsolódás a többi modul között: Lelki egészség

5. A foglalkozás fejlesztési eredményei:

- Tudatában van a kapcsolatok változásának, végességének
- Ismeri a veszteségekkel való megküzdés néhány lehetőségét

6. Témakörhöz kapcsolódó, felhasználható források a pedagógusnak :

Bacsárdi Cs. (2012) A kötődés-önértékelés-megküzdés összefüggései serdülőkorban 12-23. oldal

<http://www.peme.hu/userfiles/file/Pedag%C3%B3gia,%20szociol%C3%B3gia%205-%C3%B6s%20k%C3%B6tet.pdf> Letöltés: 2020. 02. 03.

Bagdy Emőke-Telkes József(1988): **Személyiségfejlesztő módszerek az iskolában** Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest.

Játékoskönyv (2009) Nyugat-Magyarországi Egyetem http://tanitonline.hu/uploads/2899/jatekos_konyv_2009.doc Letöltés: 2019. 12. 06.

Szabó, L., Rausch, A., & Zsolnai, A. (2019). **A pedagógus-diák közötti kötődés jellemzése egy hazai vizsgálat tükrében.** Iskolakultúra, 29(2-3), 22-38.

<https://doi.org/10.14232/ISKKULT.2019.2-3.22> , <http://www.iskolakultura.hu/index.php/iskolakultura/article/view/31949/31478> Letöltés: 2020. 02. 03.

| Időkeret | Elsajátítandó tudásanyag Ismeretek/tartalmak/célok | Óra/Foglalkozás menete Feldolgozás: tanítói, tanári/tanulói tevékenységek | Alkalmazott módszerek/ szervezési módok, munkaformák | Alkalmazott szemléltető eszközök, felszerelések, oktatástechnikai eszközök |
|----------|--|---|---|--|
| 2 perc | Az osztálytermi csoportos munka feltételeinek az előkészítése. | I. Az óra/foglalkozás bevezetése Óra előtti szervezés – szellőztetés, a foglalkozáshoz szükséges eszközök előkészítése | A tanulók elfoglalják a helyüket a teremben. Tanári/csoportvezetői tevékenység, aktivitás A téma felírása a táblára | |
| 3 perc | Figyelem, koncentráció, vizuális memória. Játékos ráhangolódás a veszteség témára. | II. Tárgyak az asztalon A csoportvezető tanár 15 tárgyat helyez el a tanári asztalon. Ezek hétköznapi használatos kisebb tárgyak legyenek. Egy részük az osztályteremben megszokott tárgy legyen, más részük nem ott használatos tárgy. pl. villa, plüssállat, kesztyű stb. A tanulók sétáljanak el egyenként az asztal előtt, és közben jegyezzék meg, mi van az asztalon. Miközben leülnek, a tanár egy abrosszal takarja le a tárgyakat, de közben vegyen le 2-t közülük. Az egyik osztálytermi a másik egy oda nem illő tárgy legyen. Amikor a tanulók a helyükre ülnek, emelje fel az abroszt, és kérdezze meg, mi hiányzik az asztalról. A játék után röviden beszéljenek arról, melyik tárgyat volt könnyebb megjegyezni, az oda nem illőt vagy az idegen tárgyat. A témára való átvezetésként rákérdezhet, hogy veszített-e valaki már el egy tárgyat. Hogyan vette észre? Milyen érzés volt? Mitől volt rossz érzés? | A csoportvezető tanár összegyűjt 15 tárgyat, azt elhelyezi az asztalon. vezeti a játékot és az azt követő megbeszélést. A tanulók részt vesznek a játékban. | 15 különböző kisebb hétköznapi tárgy, abrosz, asztal |

| | | | | |
|---------|--|--|--|---|
| 10 perc | Az emberi kapcsolatok vizuális megjelenítése. Tudatosítása annak, hogy mennyiféle csoporthoz, közösséghez tartozunk, és ennek időbeli változása is van. Egy-egy kapcsolat vége, egy közösség megszűnése, csoportból való kikerülés veszteségérzéssel járhat, ami nagyon közel van ahhoz a gyász érzéshez, amit hozzánk közel állók halála idézhet elő bennünk. A veszteségtől való félelem szorongást kelthet, növelhet bennünk. A bekövetkezett veszteség szomorúság, bánat érzésével jár együtt. | <p>III. Kördiagram a kapcsolatokról</p> <p>a. A tanulók a feladat első részében egyedül dolgoznak. Az első kört körcikkekre osztva és színezve mutassák meg, hogy mely kapcsolatok közösségek, csoportok játszanak szerepet a tanuló életében Pl. barátok. A körcikk mérete jelezze a kapcsolat vagy csoport fontosságát.</p> <p>A második kört szintén körcikkenként színezzék be a tanulók, aszerint, hogy 10 év múlva mely kapcsolatok és csoportok lesznek jelen tanulók életében. Az új kapcsolatokat és csoportokat jelezzék egy új színnel.</p> <p>b. A feladat másik felében a tanulók párt alkotnak, és a diagramok segítségével mutassák be, hogyan változik a kapcsolatrendszerük a következő tíz évben.</p> | A csoportvezető tanár elmondja az instrukciót és a táblán bemutatja, hogyan lehet a kört körcikkekre felosztani. | papírlap 2 körrel, színes ceruza, zsírkréta vagy toll |
| 5 perc | A zenehallgatás érzelmileg közelíti a veszteség témát a tanulókhöz. Ez lehet párkapcsolati szakítás, de többféle veszteség-élmény megjelenik. | <p>IV. Zenehallgatás</p> <p>A zene lejátszása előtt megfigyelési szempontként az adható: Milyen jellegű kapcsolat változása/vége jelenik meg a népdalban? Milyen érzések keletkeznek bennünk a dal hallgatása közben?</p> <p>A dal lejátszása után röviden beszéljünk a kapcsolat jellegéről és a keletkező érzésekről. A megszólalás legyen teljesen önkéntes.</p> | A csoportvezető tanár lejátsza a zenét. Rákérdez az érzésekre Az empatikus odafordulással mintát ad a tanulóknak mások érzéseinek tiszteletben tartásával. | Számítógép, hangszóró, internet Indulj el egy úton, én is egy másikon (moldvai népdal) ének: Nagyajtay Zsuzsanna https://www.youtube.com/watch?v=pK67eCKRBDM Letöltés: 2020. 02. 02. |
| 10 perc | A téma kognitív feldolgozása. (Lásd: mellékletek, szakirodalmi ajánlás) | <p>V. Beszélgetés a kapcsolatok végességéről</p> <p>Meddig tart egy kapcsolat? Meddig tart egy csoport élete? Hogyan ér véget? Milyen érzésekkel jár, ha egy kapcsolat véget ér az életünkben?</p> <p>A veszteség érzései lehetnek: gyász, szomorúság, kétségbeesés. Mi az, ami</p> | A csoportvezető tanár beszélgetést moderál. A tanulók önkéntes alapon vesznek részt a beszélgetésben. | |

| | | | | |
|---------|--|--|--|---|
| 10 perc | Egymás szükségleteire való ráhangolódás, empátia, pozitív visszajelzés adása, megerősítő gesztusok adása. Pozitív visszajelzések fogadása. | <p>megkönnyíti az elválást, elszakadást a korábban ismert emberektől, társaktól, barátoktól, szerelmektől, közösségektől, családtagoktól?</p> <p>A megbeszélés lezárásaként a csoportvezető tanár a népdal út szimbolikára híva fel a tanulók figyelmét, ami a kapcsolat lezárása után egy új út megtalálására szólít fel. Nem maradhatunk a veszteség állapotában, folytatni kell utunkat, ami esetleg másfele visz.</p> <p>VI. Ajándék az útra „Hamuba sült pogácsa...”</p> <p>Mindenki kap egy cédulát, amelyre felírja a nevét. A tanulók egy dobozból vagy kalapból nevet húznak ki, és próbálják kitalálni, milyen útravalót adhatnak az osztálytársuknak. Az ajándékok képzeletbeliek, de legyenek személyre szabottak, utalhatnak konkrét helyzetekre, állapotokra utalhatnak: például ha tudom, hogy X elvesztette a karóráját, akkor küldhetek neki egy órát. A csoportvezető tanár hívja fel az üzenet pozitív voltára a figyelmet, hogy az ajándék, az útravaló örömet szerezzen a másoknak. Kerülni kell a burkolt célzást valamely múltbeli sértő helyzetre vagy a gyerekek kevésbé előnyös tulajdonságára. Amikor mindenki elkészítette az ajándékát, akkor a tanulók megkapják a személyre szabott ajándékot, elolvassák.</p> <p>A nagycsoportos megbeszélés során beszéljenek arról, milyen volt kitalálni a másik számára a neki illő ajándékot, és milyen volt olvasni, hogy neki mit szántak a vándorútra.</p> | A csoportvezető tanár elmondja az instrukciót, | papírlap, íróeszköz minden tanuló számára |
|---------|--|--|--|---|

| | | | | |
|--------|--|---|---|-------------------|
| 5 perc | Az érzések felszínre hozása. A rejtve maradó fantáziák tudatosítása. | VII. Zárás: mondatbefejezés <i>Amit az egészből elmesélek,</i> A csoportvezető tanár arra kéri a tanulókat, hogy hosszabb töprengés nélkül nélkül fejezzék be a következő mondatot. 1-2 perc csendes gondolkodás után elindítja a mondatot. | A csoportvezető pedagógus felírja a befejezetlen mondatot a táblára, elmondja az instrukciót, és elindítja az élménymegosztást. | Tábla, kréta/filc |
|--------|--|---|---|-------------------|

10 PERCES kiemelhető blokk

Célcsoport/osztály: 8. osztály

Modul megnevezése: Társas kapcsolatok

Témakör megnevezése: Elszakadás, leválás

Órakeret/Időtartam: 10 perc

| Időkeret | Elsajátítandó tudásanyag Ismeretek/tartalmak/célok | Óra/Foglalkozás menete Feldolgozás: tanítói, tanári/ tanulói tevékenységek | Alkalmazott módszerek/ szervezési módok, munkaformák | Alkalmazott szemléltető eszközök, felszerelések, oktatástechnikai eszközök |
|----------|--|--|--|--|
| 10 perc | Az emberi kapcsolatok vizuális megjelenítése. Tudatosítása annak, hogy mennyiféle csoporthoz, közösséghez tartozunk, és ennek időbeli változása is van. Egy-egy kapcsolat vége, egy közösség megszűnése, csoportból való kikerülés veszteségérzéssel járhat, ami nagyon közel van ahhoz a gyász érzéshez, amit hozzánk közel állók halála idézhet elő bennünk. A veszteségtől való félelem szorongást kelthet, növelhet bennünk. A bekövetkezett veszteség szomorúság, bánat érzésével jár együtt. | Kördiagram a kapcsolatokról a. A tanulók a feladat első részében egyedül dolgoznak. Az első kört körcikkekre osztva és színezve mutassák meg, hogy mely kapcsolatok közösségek, csoportok játszanak szerepet a tanuló életében Pl. barátok. A körcikk mérete jelezze a kapcsolat vagy csoport fontosságát. A második kört szintén körcikkenként színezzék be a tanulók, aszerint, hogy 10 év múlva mely kapcsolatok és csoportok lesznek jelen tanulók életében. Az új kapcsolatokat és csoportokat jelezzék egy új színnel. b. A feladat másik felében a tanulók párt alkotnak, és a diagramok segítségével mutassák be, hogyan változik a kapcsolatrendszerük a következő tíz évben. | A csoportvezető tanár elmondja az instrukciót és a táblán bemutatja, hogyan lehet a kört körcikkekre felosztani. | papírlap 2 körrel, színes ceruza, zsírkréta vagy toll |

Mellékletek:

1. A csoportok a fejlődési fázisok előre látható sorozatán mennek keresztül.

Mindegyik fázis az előző fázisra épül, és a célja, hogy segítse a csoportot a kohézió irányába elmozdulni, és a célját megvalósítani.

A csoportfejlődés fázisai

Kezdeti szakasz: tervezés, megalakulás.

Csoporton belüli konfliktusok.

A csoportkohézió kialakulása: normaképzés.

Munkafázis.

Lezárás, búcsúzás és gyász.

- A tanultak integrálása.

- A célok megvalósításának értékelése.

- A csoport befejeződik.

- A csoporttagok búcsút mondanak egymásnak és a csoportélményeknek.

- Jellemző érzelmek: vagy úgy érzik, hogy teljesítették a csoportfeladatot, vagy keserűséget éreznek.

2. A gyászról (Pilling János alapján)

A gyász a veszteség által kiváltott reakció. Életünk során mindnyájan átélhetünk kisebb-nagyobb veszteségeket (partnerkapcsolat megszakadása, költözködés, munkanélküliség, nyugdíjba vonulás, esetleg amputáció, stb.), amelyek gyászreakciót váltanak ki. A legintenzívebb érzéseket kiváltó veszteség azonban általában szeretteink halálakor érhet bennünket.

A veszteségre adott reakciót számos tényező határozza meg: az elhunyttal való kapcsolat jellege, a halál módja, a gyászoló életkora, neme, alapszemélyisége, előzetes életeseményei (elsősorban a korábbi veszteségek), előzetes betegségei (különösen a depresszió), aktuális pszichés statusa (esetleges egyidejű krízishelyzetek), kulturális környezete, vallásossága, szociális kapcsolatrendszere.

3. Indulj el egy úton, én is egy másikon (moldvai népdal)

Az bajom van véled,

sír a szívem érted,

sír a szívem érted,

majd meghalok érted.

Indulj el egy úton,
én is egy másikon,
hol egymást találjuk,
egymásnak se szóljunk.

Aki minket meglát,
mit fog az mondani,
azt fogja gondolni,
idegenek vagyunk.

Idegenek vagyunk,
szeretetet tartunk,
ahol összegyűlünk,
ketten szeretkezünk.

Kiegészítő gyakorlat:

Osztálytábló

Az együttesség és a társas kapcsolatok felmérésére alkalmas játék. Az osztály zárt kört alkot. Egy gyermeket kiválasztanak maguk közül, aki egy „osztályfotóhoz” elrendezi az osztálytársakat, és megjelöli helyüket az osztálytáblón. Ha megtörtént kinek-kinek a beállítása, akár valódi fotófelvétel is készülhet. Elegendő azonban az is, ha a játék után a gyermekek igyekeznek kitalálni és megbeszélik, ki miért került az osztálytábló készítője által kijelölt helyre. A játékot ismétlés követheti.

Forrás: Bagdy Emőke-Telkes József(1988): Személyiségfejlesztő módszerek az iskolában Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest. 274. oldal