

**Erasmus Plus Stratégiai
partnerség a szociális
érzékenység fejlesztéséért**

MI(egy)MÁS

**Szociális érzékenység fejlesztése
a 14-18 éves korosztály körében**

Középiskolai pedagógusok szociális érzékenységének fejlesztése
Akkreditált pedagógus-továbbképzési anyag

2015–1-HU01KA201-013623



A projektet az Európai Bizottság támogatta.

A kiadványban megjelentek nem szükségszerűen tükrözik az Európai Bizottság nézeteit.

A kiadványt a Katház Közhasznú Nonprofit Kft. szakmai csoportja készítette

2017

Tartalom

| | |
|--|-----------|
| Bevezetés | 5 |
| Elméleti háttér | 6 |
| A szociális érzékenység fejlesztésének módszerei | 7 |
| A képzési anyag bemutatása | 8 |
| A képzés célja | 8 |
| A képzés felépítése | 9 |
| A modellóra | 9 |
| Reflexió és értékelés | 11 |
| Összegzés | 12 |
| Mellékletek | 13 |

Az elmúlt évtizedekben ugrásszerűen megnőtt a szociális kompetencia iránti érdeklődés. Úgy látszik, a szociális készségek szerepe a szakmai és a magánéletben egyaránt felértékelődik. A tendenciára a tudományos élet is érzékenyen reagált, hiszen a sajátos készségeket, ismereteket és attitűdöket magában foglaló szociális kompetencia a tudományos publikációk, kutatások gyakori témájává vált.¹ A tendenciához csatlakozva a Katház Közhasznú Nonprofit Kft. egy, kifejezetten pedagógusoknak szóló, a diákok szociális érzékenységének növelését segítő továbbképzés kidolgozását tűzte ki célul.² Így született meg a „*Mi(egy)Más: Szociális érzékenység fejlesztése a 14–18 éves korosztály körében*” c. pedagógus-továbbképzési anyag, amely egy Magyarországon akkreditált, 30 órás pedagógus-továbbképzés. A képzési anyagot az akkreditációs eljárást megelőzően ún. tesztkurzuson³ próbáltuk ki. A végleges képzési anyag a tesztkurzus értékelése, a résztvevők, trénerek visszajelzése alapján került véglegesítésre.

A továbbképzés legfőbb sajátossága a nemzetközi tapasztalatok összegzése, hiszen a képzés kidolgozása egy hat oktatási intézményt magában foglaló Erasmus+ projekt eredménye.⁴ A képzés további sajátossága, hogy számos nemformális módszer kombinációját alkalmazza és teszi adaptálhatóvá az iskolai, formális oktatási környezetben is. A képzés olyan hasznos és az érzékenyítés témájának feldolgozásra leginkább alkalmas eszközökkel ruházza fel a pedagógusokat, amelyeket sikeresen tudnak alkalmazni a diákok körében végzett oktatási-nevelési munka során.

1 BIBOK Ágnes – ERDEI Ildikó: *Pedagógusok szociális érzékenyítése – lehetőségek és kihívások. MiEgyMás – Szociális érzékenység fejlesztése a 14–18 éves korosztály körében*. Szeged, Módszertani Közlemények, lektorálás alatt.

2 A szegedi székhelyű Katház Közhasznú Nonprofit Kft. államilag akkreditált felnőttoktatási szervezet, a Dél-alföldi régió fontos egyházi és civil képzési színtere. Képzési profilját szociális érzékenységgel kapcsolatos/érezékenyítő tréningek, önismereti tréningek, csoportvezetői képzések, pszichológiai továbbképzések, egyházi továbbképzések, pályorientációs és mentálhigiénés képzések, munkanélküliek mezőgazdasági képzése, valamint családi élettel, gyermekneveléssel kapcsolatos szemináriumok, workshopok jelentik.

A képzési anyagot kidolgozó szakmai csoport tagjai: Bibok Ágnes, Erdei Helga, Joó Magdolna, Papp Szabolcs, Stadler Margit, Szarvas Eszter és Verebelyné Erdei Gréte.

3 A tesztkurzus az akkreditálandó képzéssel minden lényeges elemében azonos teszt-alkalom volt, azzal a céllal, hogy az elkészült harmincórás képzés anyagát még az akkreditációs eljárás megindítása előtt kipróbáljuk a gyakorlatban, az esetleges hibák és módosítandó elemek megtalálása érdekében. Továbbá, szeretnénk volna, ha egy pedagógusokból álló tesztcsoport visszajelzést ad a képzésről, különös tekintettel a pedagógusok képzési igényeire.

A tesztkurzus részletes ismertetése (a résztvevők kiválasztása, a tesztkurzus felépítése és menete, a résztvevők, trénerek és szervezők értékelése, valamint a képzési anyagban elvégzett módosítások) a képzésfejlesztési folyamatot részletesen bemutató szakmai anyagban olvasható: *Egy továbbképzés születése: érezékenyítő diákutóbortól az akkreditált pedagógus továbbképzésig*. Szeged, Katház Közhasznú Nonprofit Kft, 2018. megjelenés alatt.

4 *Erasmus+ Stratégiai partnerség a szociális érzékenység fejlesztéséért*. Projektazonosító: 2015–1-HU01-KA201-013623. A továbbiakban ÉrTed?! projekt.

Elméleti háttér⁷

A képzés egy korábbi, középiskolás korosztálynak szóló szociális érzékenyítő táborra, a *Kapcsolódj be Te is!*⁵ elnevezésű projekthez épül. Az öt éve zajló táborok során fogalmazódott meg egy szociális- érzékenyítő továbbképzés igénye középiskolai pedagógusok számára, azzal, hogy a képzés indirekt célcsoportja a középiskolai diákok legyenek. A pedagógusok igénye nyomán, a képzést államilag akkreditált pedagógus-továbbképzés formájában készítettük el. A képzési anyag egyúttal az Érted?! projekt fő szellemi terméke is. A képzési anyag hasznosítása első sorban Magyarországon történik, emellett a projektpartnereknek⁶ köszönhetően, a romániai és felvidéki magyar kisebbség középiskolái és pedagógusai körében kerül alkalmazásra.

A képzési igény felismerése után kezdetét vette a képzés kidolgozása, amelyhez szükséges elméleti háttérismereteket a fentebb említett képzésfejlesztő szakmai csoport,⁸ a projektben résztvevő szakértők⁹ és külső pedagógus-továbbképzési szakértő biztosított.¹⁰ A képzés tematikai egységeinek meghatározása és kidolgozása során a szociális érzékenységet a szociális kompetencia részeként tekintettük. A szociális kompetencia számos készséget foglal magában, amelyek meghatározására eltérő modellek alakultak ki. Érdeemesnek tűnik ezek közül áttekinteni néhányat, annak érdekében, hogy a kidolgozott képzést szélesebb pedagógiai-elméleti kontextusba ágyazottan mutathassuk be. Ezek a modellek abban is segítenek, hogy megértsük a jelenség összetettségét és ebből adódóan a lehetséges feladatok és tartalmak sokszínűségét.

Elsőként nézzük Goleman értelmezését.¹¹ Goleman a szociális kompetenciát az érzelmi kompetencia egyik összetevőjeként mutatja be, olyan tulajdonságok vagy képességek gyűjtőfogalmaként, amelyek a sikerességet biztosítják az életben. A szociális kompetenciák a társas kapcsolataink irányításában játszanak szerepet. Ide tartozik az empátia (képesség arra, hogy megértsük mások érzéseit, szükségleteit, meggyőződéseit), valamint a kapcsolatirányító képesség. A szociális kompetencia egy másik lehetséges megközelítést Stephens modellje adja,¹² amely a következő négy elemből áll:

- a) a személyközi viselkedés: konfliktuskezelés, figyelemfelkeltés, üdvözlés, segítség másokon, viselkedés, pozitív attitűd mások iránt,
- b) az önmagával szembeni viselkedés: következmények vállalása, etikus viselkedés, érzelmek kifejezése, pozitív én-attitűd, önel fogadás, felelősség a tanulásban, kapcsolatokban,
- c) a feladattal kapcsolatos viselkedés: kommunikáció feladatvégzés közben – kérdésre válaszol, figyelés feladatvégzés közben, csoporton belüli aktivitás, szívesen együttműködik, mások előtti szereplés vállalása
- d) a környezeti viselkedés: környezet megóvása, étkezési viselkedés, közlekedés.

5 *Kapcsolódj be Te is!* szociális érzékenyítő projekthez középiskolásoknak. Az egyhetes, bentlakásos rendszerű program a Kommende Dortmund és a Katház Közhasznú Nonprofit Kft társ szervezésében valósul meg. Résztvevők száma: 25 diák/év.

6 Bartók Béla Elméleti Líceum (Temesvár) és Bátorkeszi Magán Szakközépiskola (Bátorkeszi).

7 A fejezet megírása során az alábbi, lektorálás alatt álló cikket vettem alapul: BIBOK Ágnes – ERDEI Ildikó: *Pedagógusok szociális érzékenyítése – lehetőségek és kihívások. MiEgyMás – Szociális érzékenység fejlesztése a 14–18 éves korosztály körében*. Szeged, Módszertani Közlemények, lektorálás alatt. A tudományelméleti háttér Erdei Ildikó munkája.

8 Ld. a 2. lábjegyzetet.

9 Erdei Ildikó, Bartók Béla Elméleti Líceum (Temesvár).

10 Sejtés Györgyi, SZTE Juhász Gyula Gyakorló Általános és Alapfokú Művészeti Iskolája, Napközi Otthonos Óvodája.

11 GOLEMAN, Daniel: *Érzelmi intelligencia*. Budapest, Háttér Kiadó, 1997.

12 STEPHENS, Thomas M.: *Social skills in the classroom*. Odessa: Cedars Press, 1992.

A szociális érzékenység fejlesztésének módszerei¹³

A szociális érzékenység fejlesztése első sorban nemformális módszerek alkalmazását kívánja meg. Mindez nem jelenti azonban azt, hogy a területhez tartozó készségek ne lennének fejleszthetőek az iskolai keretek között, épp ellenkezőleg. Annyi azonban biztos, hogy nem a „hagyományos”, formális oktatási módszerek használatával. Az alkalmazott módszerek között kiemelt szerepet kell biztosítani a csoportmunkának és a saját élményű tanulásnak. Lássuk, miért!

Bagdy és Telkes¹⁴ szerint a csoportban megvalósuló tanulás sajátos. A csoportban a résztvevőknek nem méri a „teljesítményét”, a jövőbeni valóságos (társadalmi) helyzetük nem függ a csoportbeli viselkedésüktől, így a csoport világa szabad próbatereppé válik. A csoport szabadabb közeg, mint az iskolapad, hiszen az iskola falai között minden viselkedés következményes. Amikor általában véve tapasztalatokat (ismereteket) szerzünk, egyszerre két tanulási szinten végzünk pszichikus munkát: az adott tartalom, ismeret „beprogramozása” képezi az első szintet. A második szint egyidejű történés az elsővel, és azt jelenti, hogy egyúttal mindig megtanulunk valamilyen kontextust is felismerni, szokássá tenni. Ez dönti el, hogyan fogjuk fel, miképp értelmezzük valaki viselkedését velünk kapcsolatban. A tanulás harmadik szintje a személyiség: ezen a szinten megtanuljuk felismerni és ellenőrzésünk alá vonni saját észlelési, jelentésértelmezési szokásainkat. Rendkívül jelentős történésekről van szó ebben az önalakító, nézőpont-változtató folyamatban.

A tapasztalati tanulást nyújtó módszerek és technikák szerepe abban ragadható meg, hogy ezekben az esetekben a tanulás meghatározó élményhez, tapasztalathoz kötődik, amely a tanultak rögzülését fokozottabban segíti elő. Az élmény maradandóvá teszi a megtanult ismeretet, elsajátított készséget. A tapasztalati tanulás hatékonysága sokkal nagyobb, mint a frontális oktatási módszerek alkalmazása esetén. Bagdy és Telkes¹⁵ a következő módszerek használatát javasolja – ezekre épül a kidogozott pedagógus-továbbképző tananyag is.

Mintanyújtás – A leggyorsabb tanulási mód egy képesség esetében valakinek a megfigyelése, az utánzás pedig a leghatékonyabb és a legkorábbi tanulási képességünk. A modellnyújtás hatékony eszköz mind a megfelelő viselkedés újra fellépési esélyének fokozásához, mind az új viselkedési módok elsajátításához, fejlesztéséhez. A technikai eszközök használata jelentősen megnövelheti a viselkedés megfigyelését, elemzését.

Szerepjáték – A pszichodramából átvett technika. A résztvevőknek sok örömük van a megszemélyesítő, megelevenítő, „dramatizáló” cselekvésközpontú tevékenységekben. Lehetőségük van több szerep eljátszására, több helyzet kipróbálására. A megfigyelőknek is aktív szerepük van, hiszen megfigyelik majd elemzik a történeteket.

Brainstorming technikák – A szabad ötletfelbukkanások és az ötletek azonnali begyűjtését jelenti. Sajátos szabályok segítik elő a kreativitás szabad kibontakozását. A divergens gondolkodási, ötletkeresési megközelítést hangsúlyozza a válaszkérésben, és kizárja a kreatív alternatívák idő előtti kritikáját.

Végül, a fent ismertetett technikák mellett, a *strukturált gyakorlatok* is fontos szerepet töltenek be a képzési anyagban, mivel célorientáltságuknak, játékoságuknak, feszültségoldó és örömszerző funkciójuknak köszönhetően, a különböző tréningprogramok közkedvelt és nélkülözhetetlen elemei.

13 A fejezet megírása során az alábbi, lektorálás alatt álló cikket vettem alapul: BIBOK Ágnes – ERDEI Ildikó: *Pedagógusok szociális érzékenyítése – lehetőségek és kihívások. MiEgyMás – Szociális érzékenység fejlesztése a 14–18 éves korosztály körében*. Szeged, Módszertani Közlemények, lektorálás alatt. A módszertani elemzés Erdei Ildikó munkája.

14 BAGDY Emőke – TELKES József: *Személyiségfejlesztő módszerek az iskolában*. Budapest, Nemzeti Tankönyvkiadó, 1995.

15 Uo.

A képzési anyag bemutatása

A képzés célja

A harmincórás akkreditált továbbképzés azzal a céllal született meg, hogy a résztvevő pedagógusok képessé váljanak diákjaik szociális érzékenységének és empátiájának fejlesztésére a mindennapi tanítási-nevelési munka során. A cél elérését két elem együttes megvalósításával tervezzük elérni: egyrészt, a résztvevők saját élményhez juttatása a szociális érzékenység területén, másrészt, a résztvevők gyakorlati-tapasztalati érzékenyítéssel kapcsolatos módszertani tárházának bővítése.

8

A képzés célja az alábbi alcélokra bontható:

- sajátélményű tanulás és érzékenyítő tréninggyakorlatok segítségével növelni a résztvevő középiskolai pedagógusok társadalmi érzékenységét, empátiáját és ezirányú kezdeményezőképességét,
- attitűdváltozást elérni a résztvevők körében a hátrányos helyzetű csoportok és a társadalmi problémák vonatkozásában,
- képessé tenni a résztvevő pedagógusokat a szociális érzékenység szerepének hiteles közvetítésére,
- megismertetni a résztvevőket a középiskolás korosztály társadalmi érzékenyítéséhez szükséges elméleti ismeretekkel, a szociálisan hátrányos helyzetű csoportok főbb jellemzőivel, illetve a szociális ellátórendszer elemeivel,
- új és innovatív módszerekkel, érzékenyítő gyakorlatokkal és tréninggyakorlatokkal frissíteni és bővíteni a résztvevő pedagógusok módszertani eszköztárát,
- képessé tenni a résztvevő pedagógusokat arra, hogy a tréningen elsajátítottak alapján ismert gyakorlatokat, játékokat alakítsanak át, vagy újakat alkossanak, a feldolgozandó szociális témának, korosztálynak, csoportnak megfelelően,
- fórumot biztosítani a témához kapcsolódó, mindennapi tanítási-pedagógusi munkából származó tapasztalatok cseréjére, esetek megbeszélésére szakképzett tréner vezetésével,
- kiinduló pontot adni azon pedagógusok számára, akik problémába ütköznek valamely hátrányos helyzetű csoportból származó diák iskolai/osztályközösségbe való integrálása során.

A célkitűzések értelmében, a szakértői csapat az akkreditálandó tréningjellegű továbbképzés kimeneti követelményeit is megfogalmazta, az alábbiak szerint.

A résztvevő pedagógus

- személyes attitűdváltozáson menjen keresztül a szociális érzékenység területén,
- legyen képes segítő hozzáállást felvenni hátrányos helyzetű csoportokkal szemben,
- legyen képes a segítő hozzáállás fontosságát átadni diákjai számára is,
- alapvető ismeretekkel rendelkezzen a segítség lehetőségeit és módszereit illetően,
- rendelkezzen információval arról, hova fordulhat további információért vagy programötletért,
- alapvető ismeretekkel rendelkezzen a különböző társadalmi problémákról, hátrányos helyzetű csoportokról,
- képes legyen a tréningen megszerzett módszertani ismereteit felhasználni a diákokkal való munkában, a tanult gyakorlatokat továbbfejleszteni, adekvát módon alkalmazni.

A kitűzött célok elérése érdekében a képzés a következő fő eszközökkel dolgozik:

- tréningjellegű továbbképzés, tréningmódszer,
- sajátélményű tanulás,
- hátrányos helyzetű csoport tagjaival közösen végzett tevékenység (pl. sport fogyatékkal élőkkel),
- módszertani segédlet bemutatása és kiosztása a résztvevőknek,
- modellóra bemutatása,
- élő könyvtár,
- ötletbörze, esetmegbeszélés, fórum.

A képzés felépítése

9

A képzés kétszer másfél napos időkeretben valósítható meg. Az első alkalom célja a résztvevők saját élményhez juttatása a szociális érzékenység területén, illetve az önismeret fejlesztése a szociális érzékenységhez kötődő területeken. A második alkalom a módszertani ötletek, gyakorlati lehetőségek és az eszköztár-bővítés köré épül.

A képzés, a tréningmódszer használatából következően, résztvevő- és folyamatközpontú, ami a következőt jelenti a gyakorlatban.

1. A trénerek hangsúlyt fektetnek arra, hogy a tréningalkalmakon használt gyakorlatok reflexiója keretében, a résztvevőkkel közösen, megvitassák a gyakorlat széles körű alkalmazási lehetőségeit és esetleges változatait.
2. A résztvevőknek nemcsak lehetősége, hanem kifejezetten elvárás is irányukban, hogy a tréningre magukkal hozzák és megfogalmazzák a tanítási gyakorlatból, osztályfőnöki munkájukból stb. származó személyes tapasztalataikat, kérdéseiket, felvetéseiket. Így lehetőség van esetmegbeszélésre, jó gyakorlatok megfogalmazására, adaptálására és átvételére is.

A képzés tematikai egységeit és időrendi megvalósítását ld. az 1. és a 2. Mellékletben.

A képzésen számos különböző tréninggyakorlatot használunk fel. A gyakorlatok listáját és leírását a 3. Melléklet tartalmazza.

A modellóra

A tréning kiemelt célja, hogy hozzájáruljon a résztvevő pedagógusok módszertani eszköztárának bővítéséhez, olyan konkrét gyakorlatokkal, feladatokkal és kidolgozott óratervvel, amelyek a diákok szociális érzékenységének fejlesztéséhez adnak segítséget. Emellett, a tesztkurzuson részt vett pedagógusok visszajelzésére alapozva, a tréning során szeretnénk lehetőséget adni a részt vevő pedagógusoknak a moderált szakmai eszmecsere, módszertani gyakorlatok megosztására, jó gyakorlatok megbeszélésére és cseréjére. A tréningen kiemelten ezt a célt szolgálja a modellóra elnevezésű blokk. A modellóra egy 45 perces, középiskolai diákok számára készített, tanórai keretek között megvalósítható érzékenyítő foglalkozás modellezése.

A modellóra célja

- egy olyan módszertani óra bemutatása, amely akár egészében, akár egyes részei, gyakorlatai révén hasznos segítséget nyújthat a tréningen résztvevő pedagógusok számára a diákokkal való munkához,
- tréninggyakorlatok és variációs lehetőségek bemutatása,
- olyan témák feldolgozása, amelyekkel a középiskolai tanároknak foglalkozni kell a diákjaikkal, fejlesztendő területek (pl. érzelmi intelligencia).

10 Mindennek érdekében a modellóra kiindulási helyzete a következő. A tréning résztvevőit, azaz a középiskolai pedagógusokat arra kérjük, próbáljanak meg diákszerepbe helyezkedni, pl. képzeljék el saját diákjaik viselkedését, reakciót, és ilyen szemmel (is) vegyenek részt a módszertani óra gyakorlataiban. Minden egyes gyakorlat végén megbeszéljük, hogy az adott feladat milyen formában valósítható meg a diákokkal („osztályra szabás” lehetőségei). Emellett, olyan gyakorlatsort mutatunk be, amely akkor is működik a diákokkal és hasznosítható tudást ad a pedagógusok számára, ha az adott téma tárgyalását adott esetben az alapokról kell kezdeni. Ezért is különösen fontos a módszertani óra fokozatos felépítése. A fokozatosság a gyakorlatok egymásra építésében, a köztük lévő összefüggések megmutatásában és a megfelelő felvezető/ráhangoló gyakorlatok alkalmazása révén nyilvánul meg. A következőkben a tréningen megvalósított modellóra vázlatának bemutatása következik.

A modellóra vázlata

Téma: az érzelmek kifejezése, az érzelmi intelligencia fejlesztése

Résztvevők száma: 25–35 fő (középiskolai osztály)

Helyszín: terem, benti tér

Kellékek: videórészletek, projektor, képek (arckifejezések), érzelemkártyák

Időtartam: 45 perc (középiskolai tanóra)

1. gyakorlat

A gyakorlat jellege: felvezető, bevezető gyakorlat

Cél: szókinccs adása az érzelmek kapcsán, érzelmek felismerése, azonosítása, szavakkal való megfogalmazása, mindennapi személyes élettapasztalatok beemlése

Az osztályt csoportokra osztjuk. Egy előre elkészített érzelemkártyákat tartalmazó dobozból érzelmeket húznak a résztvevők egymás után. Egyesével megbeszéljük, melyik mit jelent, és egy-egy szituációval is érzékeltetjük, hogy mikor éljük át az adott érzelmet.

2. gyakorlat: Arckifejezések

Cél: érzelmek azonosítása arckifejezés alapján, az érzelemkifejezés különbözőségére felhívni a figyelmet (egy-egy arc mást-mást üzenhet egy-egy embernek)

Projektoron különböző arckifejezéseket, mimikai megnyilvánulásokat vetítünk ki. A résztvevők feladat, hogy kitalálják, melyik arc milyen érzelmet fejez ki.

Fontos, hogy jól azonosítható mimikákkal kezdjük a bemutatást, majd fokozatosan haladjunk a nehezebben felismerhető arckifejezések felé.

3. gyakorlat: Az 5 alapérzelem kifejezése, férfi-női különbségek

Cél: az érzelemerkifejezés sokszínűsége; férfi-női különbségek megmutatása

Az Agymanók c. film részletének bemutatása: https://www.youtube.com/watch?v=xBF7cf_lyhw

Férfi és női arckifejezéseket kinyomtatni, férfi és női verziókat ugyanazon érzelem esetén párba állítani, megbeszélni.

4. gyakorlat: Érzelemi skála

Cél: az érzelemerkifejezés fejlesztése, árnyalatok megkülönböztetése, szókincs fejlesztése

Kiválasztunk egy adott érzelmet, és igyekszünk közösen egy érzelmi skálát felvázolni: a skála egyik végpontja az adott érzelem leggyengébb kifejeződése, a másik végpontja a legmarkánsabb, legerősebb kifejeződése. Pl. idegesség

A skála gyenge végpontja (lehetséges változat): irritál vmi, a skála erős végpontja: ordítani tudna a dühtől. Közbenső elemek: idegesít, bosszant, dühít, zavar stb.

11

5. gyakorlat: Érzelemkártya és érzelemmondat

Cél: a korábbi gyakorlatok során fejlesztett készségek komplex, egyidejű alkalmazása; az érzelemerkifejezés és -felismerés fejlesztése

Ennek a feladatnak több változata lehetséges.

A) Érzelemkártya

A résztvevők párokba rendeződnek. A pár egyik tagja húz egy érzelemkártyát, majd igyekszik az arckifejezésével, testbeszédével kifejezni az adott érzelmet. A másik résztvevő a tükör, igyekszik hűen visszautkrözní, amit társa kifejezett. Az első résztvevő végül értékeli, hogy azt látja-e társa arcán, amit gondolt, hogy kifejez.

B) Érzelemmondat

Egy résztvevő húz egy érzelemkártyát, amelynek megfelelően kell egy adott mondatot elmondania. A mondat egyszerű mondat legyen, pl. „Ezt jól megcsináltad.” A mondat elmondása után a többi résztvevőnek ki kell találnia, ilyen érzélemmel mondta el az adott mondatot.

Reflexió és értékelés

A módszertani órát csoportos reflexió és részletes megbeszélés követi.

A reflexió tetszőleges reflexiós módszerrel (kövek, hüvelykujj barométer, post it stb.) történik.

Az értékelés történhet szabad vagy vezetett formában is.

Lehetséges értékelési szempontok:

Személyesen hogy éreztem magam a modellóra során? (érzékenyítés, hasznosság, tanultam-e újat az adott témáról, új tapasztalatok, benyomások, érzések stb.)

Hogyan éreztem magam diákszerepben? Sikerült-e belehelyezkednem?

Pedagógus szempontból, hasznos volt-e a modellóra? Ha igen, miért? Ha nem, miért?

A bemutatott gyakorlatok közül melyeket tartja megvalósíthatónak a saját osztályával/ diákjaival? Miért? Milyen formában?

Összegzés

A tanulmány a középiskolai pedagógusok szociális érzékenysége fejlesztésének lehetőségeit járja körbe. Az első részben a kérdéskör elméleti hátterét igyekeztünk felvázolni. A szociális érzékenység neveléstudományi kontextusának vizsgálata során megállapítottuk, hogy azt a szociális kompetencia részeként fogjuk vizsgálni. A részkompetenciák áttekintése után az alkalmazható módszereket vettük górcső alá. A nemformális módszerek közül kiemelt figyelmet fordítottunk a csoportos, valamint a tapasztalati tanulásra. A második részben egy új pedagógus-továbbképzés bemutatására került sor, amely a fenti elméleti megfontolások nyomán került kidolgozásra. A *Mi(egy)Más: Szociális érzékenység fejlesztése a 14–18 éves korosztály körében* c. tréningjellegű, akkreditált harmincórás pedagógus-továbbképzési anyag tartalmi jellemzői és felépítése mellett, a képzés egyik központi elemére, az ún. modellóra részletes ismertetésére is sor került. Végül, a tanulmányt a tréning tematikai egységeinek és időhálójának bemutatása, illetve a tréningben alkalmazott gyakorlatok leírása teszi teljessé.

Mellékletek

1. MELLÉKLET

A Mi(Egy)Más pedagógus-továbbképzés felépítése: tematikai egységek

1. Bevezetés

- 1.1. Bemutatkozás: Trénerek, résztvevők. Ismerkedési kör. Az ismerkedés első lépése: képválasztás és -bemutatás indoklással.
- 1.2. A továbbképzés mint tréningjellegű továbbképzés ismertetése. Tematika.
A tréning keretei, csoportszabályok tisztázása (nyitottság, rugalmasság, időkeretek, bizalom, érzelmek kifejezése). A tréning céljának megfogalmazása, felépítés

13

2. Sajátélményű tanulás, személyes szociális érzékenységet fejlesztő, érzékenyítő tapasztalatok

- 2.1. Személyes érzékenyítő tapasztalatok szerzése.
Érzékenyítő gyakorlatok: rajzolás kéz nélkül, vakvezető páros, bizalomjáték tenyérrel, szóátadó hang nélkül, sakktábla hangokkal. Szociális skála.
- 2.2. Erősségek / gyengésségek.
Személyes tapasztalat megosztása, különös tekintettel szociális problémák, empátia, társadalmi érzékenység
Páros gyakorlat, kics csoportos munka
- 2.3. Pozitív énkép.
Önbizalom/ önbecsülés; Problémák, csapdák: Magas mérce csapdája; „kellene” vagy „szeretném”; büntudat és szégyenérzet; félelem és depresszió; önsajnálát

3. Kommunikáció

- Tréneri és pedagógusi szerep különbsége. Tréneri eszközök használata pedagógus szerepben. A kommunikáció szerepe az érzékenyítés esetében.
- 3.1. Értő hallgatás
Az értő hallgatás technikája; alkalmazási lehetőségek szociális érzékenyítés; hátrányos helyzettel/ társadalmi problémákkal való találkozás során

4. Napzáró reflexió kör

5. Gyakorlati tapasztalati érzékenyítés

- 5.1. Előrelépéses gyakorlat (Privilege Walk) Hátrányos helyzetek bemutatása, a környezet, családi háttér, ahova a személy született, szerepe.
- 5.2. Eltérő nézőpontok, eltérő értékrendek, ezek felismerése, közös megoldások
- 5.3. Találkozás hátrányos helyzetű csoportok tagjaival.
Egyéni sorsok, feldolgozás.
Hajléktalan, szenvedélybeteg, roma, mozgássérült, autista, hallássérült, látássérült, értelmi sérült csoportokból 1–1 meghívott személy, forgószínpadszerűen 20–20 perc beszélgetési lehetőség.
Értő hallgatás technikájának gyakorlati alkalmazása.

6. Módszertani tárházbővítés: érzékenyítés a pedagógiai gyakorlatban

- 6.1. Modellóra (45 perces „érzékenyítő foglalkozás” középiskolai diákok számára, tanórai keretben modellezése). Értékelés, megbeszélés.
- 6.2. Tréninggyakorlatok kézikönyve, kézikönyvek használata, gyakorlatok kiválasztása, alkalmazása, átdolgozása.
- 6.3. Esetfeldolgozás, konkrét példák megbeszélése, módszerek alkalmazása a gyakorlatban. Egy választott probléma/kérdés körbejárása különböző érzékenyítő módszerekkel (szerepjátékokkal, interjúkkal).
- 6.4. Közös tevékenység hátrányos helyzetű csoporttal (sport sérült személyekkel).
- 6.5. Szociális kezdeményezések szervezése, projekttervezés, diákkezdeményezések támogatása célháromszög, Grantt-diagram, Canvas projekttervezési táblázat módszerekkel.
- 6.6. Diákkezdeményezések, motiváció, ösztönzés, pedagógusi szerepek a diákok kezdeményezésében. Jó gyakorlatok bemutatása, tapasztalatcsere).

7. Értékelés, záró reflexió

Reflexiós levél, hallgatói kérdőív kitöltése. Ötletbörze.

2. MELLÉKLET

A Mi (Egy) Más pedagógus-továbbképzés felépítése: időháló

1. KÉPZÉSI ALKALOM (péntek-szombat)

PÉNTEK

| Időbeosztás | Perc | Elmélet/Gyakorlat | Részletek | Eszközök |
|-------------|------|--|---|---|
| 14.30–15.30 | 60p | Köszöntés, bevezetés A képzés ismertetése, a képzés szabályai (nyitottság, rugalmasság, időkeretek, bizalom, „véleményem szerint” típusú kommunikáció, érzelmi témájú képzés, érvényesülni hagyni másokat is) A trénerék bemutatkozása A résztvevők bemutatkozása | Ikonok felrajzolása a táblára (nyitottság stb. szimbólumai) Bemutatók: szociális témájú képek alapján. Mindenki választ 1–2 képet, ami valamilyen okból kifolyólag közel áll hozzá, ezen keresztül mutatkozik be. | Kamera Flipchart tábla, flicollak, laminált szociális témájú képek |
| 15.30–16.15 | 45p | Térbeli skála: első és utolsó feladat, a tréning keretezése | A skálán hol helyezkedsz el a szociális érzékenységet illetően? | |
| 16.15–16.30 | 15p | Szünet | | |
| 16.30–17.30 | 60p | Szociális játékok (egyet vagy többet, igény szerint, kiválasztunk) Játék és tapasztalatok megosztása | <ul style="list-style-type: none"> • Rajzolás kéz hagyományos használata nélkül • Ráhagyatkozás mások irányítására • Kézbe csapós játék • Szóátadós artikuláció • Sakktáblás játék | A4es papír, flicoll mindenkinek sakktáblák (2 emberenként 1 db, felállított figurákkal), előre felvett hangfelvétel |

| Időbeosztás | Perc | Elmélet/Gyakorlat | Részletek | Eszközök |
|--------------------|-------------|--|--|--------------------------------|
| 17.30–19.00 | 90p | Erősségek / Gyengeségek Személyes tapasztalat megosztása (páros és csoportos gyakorlat) | 2 körben történik. 1. körben páros gyakorlat: saját erősségek, fejlesztendő területek témában. 10–10 darab erősség és gyengeség meghatározása egyénileg, majd ezek megosztása a párban. A páros beszélgetéstől az egész csoport előtt is lesz beszámolás. 2. körben kiscsoportos munka: hogyan tudom a diákokban az erősségeket/ gyengeségeket előhozni / támogatni | mindenkinek 2 db post-it, toll |
| 19.00–19.10 | 10p | Szünet | | |
| 19.10–19.55 | 45p | Napzáró reflexiók kör | | labda |

SZOMBAT

| Időbeosztás | Perc | Elmélet/Gyakorlat | Részletek | Eszköz |
|-------------|------|---|---|---------------------------------------|
| 9.00–9.30 | 30p | Napi bevezető gyakorlat: Több forduló labdagyakorlat | <ol style="list-style-type: none"> 1. körben állnak a résztvevők, kijelöljük az első embert, akitől elindul a labda, mindenkinél jár, a végén hozzá visszaérkeznek, kijelöljük az útvonalat (melletted lévőnek nem dobhatod), és egyre gyorsítjuk a kört, időpréssel 2. körben több labdával (váratlan változás) gyorsítjuk a kört 3. körben csak az első ember foghatja kézzel a labdát, a végén hozzá kell visszakertülnie a labdának. Az első ember kivételével könyökökről lefelé a labdához senki más nem érhet hozzá. | 3 db puha labda, stopper |
| 9.30–10.30 | 60p | Rövidfilm és reflexió (A pillangócirkusz 20p) | Közös megtekintés, majd értékelés két csoportban | Projektor, laptop, film, hangtechnika |
| 10.30–10.45 | 15p | Szünet | | |
| 10.45–13.15 | 90p | Pozitív énkép; önbizalom/ önbecsülés kérdésköre | <p>Kérdés a résztvevők felé: mi különbség a kettő között? Önmaga/ tanítványaival kapcsolatban Önbizalom: a bizonyosság önmagunk lényegét, és mélységesen ismerjük önmagunk értékeit. Gyakori kombináció a nagy önbizalom, alacsony önbecsüléssel. Az alacsony önbecsülésű emberek azzal próbálnak kompenzálni, hogy keményebben dolgoznak másoknál és sajátos területeken kiemelkedők. Lehet valaki kiváló kolléga a munkában, aki tisztában van a képességeivel, és magabiztosan teljesít a szakterületén, ugyanakkor ugyanez az ember lehet nagyon bizonytalan és kételkedhet abban, hogy mások kedvelhetik-e.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Magas mérce csapdája – „Kellene” vagy „szeretném” – Bűntudat és szégyenérzet – Félelem és depresszió – Önsajnálát <p>4 pes kisfilm: Végtelen hit</p> | Projektor, laptop, film, hangtechnika |

| Időbeosztás | Perc | Elmélet/Gyakorlat | Részletek | Eszköz |
|--------------------|-------------|---|--|--------------------------------|
| 13.15–14.15 | 60p | Ebéd | | |
| 14.15–15.00 | 45p | Motiváció (film megbeszélése) | | |
| 15.00–17.30 | 90p | Kommunikáció 1. Játékkal, technikákkal, gyakorlatokkal | Cipőfűző kötés/ négyzet levágás: feladatvégrehajtás minimál-utasítással (páros gyakorlat) Székhimbálás nevű játék; korlátozásokkal (extra kártyák: pl. „most nem szólalhat meg”, „mindenképp a te ötletednek kell érvényesülnie”, „csak kérdéseket tehetsz fel” stb.) | székek, kártyák, utasítások |
| 17.30–18.00 | 30p | Szünet, helyszínváltás | | |
| 18.00–20.00 | 120p | Sajátélményű tanulás: közös tevékenység hátrányos helyzetű csoporttal együtt Cél: gyakorlati, ta- pasztalati érzékenyítés Reflexió | Sport külső helyszínen (pl. ülőerőplabda sérültekkel) | Sporteszköz |

2. HÉTVEGE

PÉNTEK

| Időbeosztás | Perc | Elmélet/Gyakorlat | Részletek | Eszköz |
|-------------|------|----------------------------------|---|--|
| 15.00–15.45 | 45p | Bevezető játék | Lépj előre, ha.... (Privilege walk) | Nagy terem, megfogalmazott állítások, start és cél vonalak |
| 15.45–16.15 | 30p | Értő hallgatás | Gyakorlat A, B, C szereppel 3-as csoportokba osztjuk a résztvevőket, mindenki eljátszik a játék során minden szerepet. A: elmesél egy története, amit sikerként vagy kudarcként élt meg B: röviden összefoglalja, mit értett meg A történetéből, mi a jelentése A szavainak. C: reflektál A érzéseire, mit érezhetett a siker v. kudarc során. minél közelebb legyen az érzéséhez, annál inkább úgy érzi a beszélő, hogy értő fülekre talált. Lehet még egy körben, ahol a résztvevők kérdéssel és visszajelzéssel (ha jól értettem..., nekem ez azt jelenti...) vezetnek a beszélőt. | |
| 16.15–16.30 | 15p | Szünet | | |
| 16.30–18.45 | 135p | Élő könyvtár | Hátrányos helyzetű, érintett személyek meghívása Pl. szenvedélybeteg, roma, állami gondozott, fogyatékkal élő (látássérült, hallássérült, értelmi sérült, autista stb.), volt fogvatartott stb. 20 pes szakaszokban, forgószínpadszerű beszélgetés kiscsoportban az érintett személyekkel | Elkülönített termek/ helyiségek |
| 18.45–18.55 | 10p | Szünet | | |
| 18.55–19.35 | 40p | Reflexió, értékelés, megbeszélés | | |

SZOMBAT

| Időbeosztás | Perc | Elmélet/Gyakorlat | Részletek | Eszköz |
|-------------|------|---|--|--|
| 9.00–10.30 | 90p | Modellóra bemutatása, elemzése Reflexió, értékelés | 45 perces modellóra, amely keretében a résztvevők diák-szerepben vannak jelen. A modellóra vezetője pedagógus. Bemutat néhány lehetséges témát/ felépített gyakorlatot, amelyet középiskolai diákokkal a szociális érzékenység témakörében alkalmazhatunk. | A végén kiosztjuk a modellóra tartalmi kivonatát. |
| 10.30–10.45 | 15p | Szünet | | |
| 10.45–13.15 | 45p | Módszertani könyv bemutatása | A képzés résztvevői számára összeállított módszertani könyv bemutatása: cél, tartalom, gyakorlatok. | Módszertani könyv |
| 13.15–14.15 | 60 p | Ebéd | | |
| 14.15–15.45 | 90 p | Kirekesztés Gyakorlatok és reflexió | Kiadó lakás Leila története | |
| 15.45–16.00 | 15 p | Szünet | | |
| 16.15–17.45 | 90 p | Projekttervezés: kiscsoportos munka. | Olyan program kitalálása diákcsoport (pl. osztály számára), amelyen a diákok szociális kezdeményező-készségét lehet fejleszteni. A résztvevők feladata, hogy megtervezzenek egy témakörben egy fejlesztési ívet (diákoknak vagy tanártársaknak), amivel a szociális érzékenységet lépésről lépésre fejlesztik. Segítségnyújtásként: projekt eszközök, projekt tervezése lépéseinek bemutatása (Gantt diagram, brainstorming, konszenzus, tervezési szakasz lényege stb.) Majd kiscsoportos munka és a terv prezentálása. Cél, hogy konkrét tervvel és a lépésekre bontás ismeretével távozzanak a résztvevő pedagógusok A projekttervezés segít abban, hogy a pedagógusok a diákok alulról jövő kezdeményezéseit észrevegye, motíválja és támogassa. | projekttervezési segédletek (Gantt-diagram, célháromszög stb.) |

| Időbeosztás | Perc | Elmélet/Gyakorlat | Részletek | Eszköz |
|--------------------|-------------|-------------------------------------|---|---------------|
| 17.45–18.00 | 15 p | Szünet | | |
| 18.00–19.00 | 60 p | Szociális skála – visszatekintéssel | A tréning elején használt térbeli skála a szociális érzékenység vonatkozásában ismételt használata, összehasonlítás: hol álltam a képzés elején hol állok most. | |
| 19.00–19.30 | 30 p | A képzés zárása | Reflexiók levél, hallgatói kérdőív, tanúsítvány. Kérdések, megjegyzések. | |

3. MELLÉKLET

A tréningen használt gyakorlatok jegyzéke és leírása

RAJZOLÁS KÉZ HAGYOMÁNYOS HASZNÁLATA NÉLKÜL

Cél: személyes tapasztalatszerzés

Résztevők száma: 5–15 fő

Helyszín: terem, benti tér

Kellékek: filctoll, lapok, asztalok

Időtartam: 15–20 perc

Fejlesztett területek/készségek: személyes érzékenyülés, érzelmi intelligencia

22 Kérlek, rajzolj egy számodra fontos tárgyat/ állatot. Rajzolás közben nem foghatsz a kezébe hagyományos módon a filctollat. A feladat teljesítése után a résztvevők bemutatják egymásnak a rajzaikat, és néhány szóban elmondják, mit ábrázol.

VAKVEZETŐS PÁROS GYAKORLAT

Cél: ráhagyatkozás mások irányítására; személyes tapasztalatszerzés a látássérültségről, bizalomról, ráhagyatkozásról, vezetni tudni és vezetni hagyni

Résztevők száma: 6–16 fő (páros létszám szükséges)

Helyszín: Külső/belső helyszín

Kellékek: kendő a szem bekötéséhez (páronként egy db)

Időtartam: 15–20 perc

Fejlesztett területek/készségek: tájékozódás, bizalom, vezetni és vezetni hagyni, érzelmi intelligencia

Válassz egy párt magadnak, akiben megbízol. Az egyikőtök lesz a vak szerepében, a másik fogja segíteni őt. A második körben cserélni fogtok.

A gyakorlat előtt közösen meg kell beszélni, hogyan kell vezetni a másikat.

3 fő szabály van:

1. Meg kell kérdezni, igényli-e a segítséget.
2. Pozitív válasz esetén meg kell tudakolni, hogyan tudok segíteni (pl. hol foghatom meg stb.)
3. Előre mondani fogom mindig, mit teszek/mi történik.

A feladat teljesítése után a résztvevők a tréner segítségével közösen megbeszéljük az élményeket.

KÉZBE CSAPNI

Cél: személyes tapasztalatszerzés (látássérültség)

Résztevők száma: 5–15 fő

Helyszín: külső/belső helyszín

Kellékek: kendők

Időtartam: 15 perc

Fejlesztett területek/készségek: érzelmi intelligencia

A résztvevők felállnak két oszlopban, egymástól bizonyos távolságra. Adott pontról indulva, vakon egyénileg mindenki elsétál a trénerig és megpróbál belescapni a tréner kitartott tenyerébe. Több körön keresztül játszunk.

A feladat után csoportos megbeszélés következik a tréner vezetésével.

SZÓÁTADÁS ARTIKULÁCIÓVAL

Cél: személyes tapasztalatszerzés (siketség, hallássérültség)

Résztevők száma: 5–15 fő

Helyszín: terem, benti tér

Kellékek: nincs

Időtartam: 8–10 perc

Fejlesztett területek/készségek: koncentráció, érzelmi intelligencia

A résztvevők felállnak 2–3 oszlopban. A tréner elindít egy-egy szót minden csoportnak pl. csillag, asztal stb. A résztvevők csak artikulációval egyesével „átadják” egymásnak a szót, max. 2x lehet ismételni. Megnézzük, hogy az eredeti szóból mi lesz a játék végére.

A feladat után a tréner vezetésével közös megbeszélés történik.

23

UTASÍTÁSOK A SAKKTÁBLÁN

Cél: személyes tapasztalatszerzés az értelmi akadályozottságról

Résztevők száma: 6–16 fő (páros létszám szükséges)

Helyszín: terem, benti tér

Kellékek: páronként egy sakktábla, asztalok

Időtartam: 20 perc

Fejlesztett területek/készségek: koncentráció, gyorsuló utasítások követése

A résztvevőket párokba osztjuk. Minden párnak adunk egy sakktáblát, felállított figurákkal. Felvételtől egy utasítássorozatot játszunk le, amelyet a pár egyik tagjának követnie kell. A másik a megfigyelő. A következő körben cserélnek. Az utasítások egyre gyorsulnak, a résztvevőnek igyekeznie kell azokat végig követni.

A feladat után a tréner vezetésével közös megbeszélés történik.

CIPŐFŰZŐ KÖTÉS – FELADATVÉGREHAJTÁS MINIMÁL-UTASÍTÁSSAL (páros gyakorlat)

Cél: kommunikáció témájának felvezetése, utasítások pontosságának szerepe, együttműködés szerepe

Résztevők száma: 6–16 fő (páros létszám szükséges)

Helyszín: terem, benti tér

Kellékek: fűzős cipő, páronként 1 db

Időtartam: 30–40 perc

Fejlesztett területek/készségek: kommunikációs készségek, világos, pontos utasítások adása, együttműködési készségek

A résztvevőket párokba osztjuk. A párok egyik tagját kiküldjük a teremből, majd elmondjuk a benn maradt tagoknak a rájuk vonatkozó utasításokat. Ők a játékban egy idegen bolygóról érkeztek, akik nem kommunikálhatnak majd párjukkal. Le kell venniük a cipőjüket és a zoknijukat is. Kapnak egy lapot a kezükbe, amikor a társuk visszaérkezik, ezt kell neki átadniuk. Ez a lap tartalmazza a belépő számára az utasításokat.

A lapon ez áll:

„A személy, akitől az imént ezt a papírt kaptam, egy másik bolygóról érkezett idegen. Belépése előtt mindkét lábán cipőt és zoknit viselt. Mivel érdeklik a földi szokások, lehúzta az egyik cipőt, félig kihúzta a cipőfűzőt és levette az egyik zokniját is, most viszont nem tudja, hogyan vegye vissza úgy, ahogy a másik kábán is van.

Mivel Ön jószívú és megértő földlakó, szeretne segíteni az idegennek, hogy befűzze a cipőjét, felvegye a zoknit és a cipőt. Az a feladta, hogy pontos szóbeli utasításokat adjon neki, amelyeket követni fog. (Az

idegen részt vett ugyan egy gyorsalpaló nyelvtanfolyamon, mielőtt ideérkezett, de kevésbé beszél magyarul.) Az idegen nem tud utánozni minket, így nem segíthetünk rajta azzal, hogy megmutatjuk neki, mit és hogyan tegyen. Ráadásul ő egyszerűen csak egy embert képes hallani és megérteni.

Ó, igen, s még néhány hasznos tudnivaló. Semmiképp se érintse meg az idegent. Ha mégis megteszi? Nem állhatunk jól érte... Az, aki legutóbb megérintette az idegent, abban a pillanatban kámforra változott. “

A gyakorlat végrehajtása után közös megbeszélés következik a tréner vezetésével.

NÉGYZETKIVÁGÁS (Páros gyakorlat)

Résztevők száma: 6–16 fő (páros létszám szükséges)

Helyszín: terem, benti tér

Kellékek: páronként papír, toll, vonalzó, olló

Időtartam: 30 perc

Fejlesztett területek/készségek: kommunikáció, együttműködés

A résztvevőket párokba osztjuk. A pár egyik tagja az instruktor lesz, a másik pedig a kísérleti Android. Mindketten megkapják szerepüket és feladatukat egy-egy lapon kiosztva. A leírt feladatot kell végrehajtani a pároknak. A gyakorlat befejezése után csoportos értékelés következik a tréner vezetésével.

Szerepek

Az instruktor tájékoztatója

1. Ön egy kísérleti Android boldog tulajdonosa.
2. Kizárólag szóbeli kommunikáció útján utasítsa az Androidot, hogy egy téglalap alakú papírból tökéletes négyzetet vágjon ki.
3. Az Androidnál van papír, írószer, vonalzó és olló, és mindezeket tudja is használni.
4. Az Android tökéletesen ért magyarul, és tisztában van olyan szavak jelentésével, mint pl. szög, vonal, egyenes stb.
5. Az Android szigorú engedelmessegre van programozva.

Az Android tájékoztatója

1. Ön kap papírt, írószert, vonalzót és ollót.
2. Az Ön jó tulajdonságai:
 - a. Tökéletesen ért magyarul (vagyis tudja, mi az írószer, papír, vonalzó stb.)
 - b. Mindenben engedelmeskedik az instruktorának.

Van azonban két konstrukciós hibája:

- Egyszerre csak egy utasítást tud végrehajtani. Ha például húznia kell egy vonalat, akkor ezt addig nem tudja megtenni, amíg nem szólítják fel, hogy fogjon egy ceruzát és vonalzót.
- Noha mindig engedelmeskedik az instruktorának, nem programozták együttműködésre, ha például fel kell vennie a vonalzót, de nem mondják meg, hogyan, akár a fogával is felveheti stb.

Ne felejtse el: mindig hajtsa végre a kapott utasításokat, de önállóan ne végezze el a teljes feladatot.

SZÉKHIMBÁLÁS

Résztevők száma: 5–15 fő

Helyszín: terem, benti tér

Kellékek: a résztvevők számával egyenlő szék

Időtartam: 30 perc

Fejlesztett területek/készségek: kommunikáció, együttműködés, koncentráció

A játékosok számával egyenlő számú székből kört alakítunk. A játékosok felállnak a székeik mögé. Mindenki megbillenti jobb kezével az előtte álló széket, úgy, hogy azok csak a hátsó lábakon álljanak. A játék célja, hogy a játékosok körbe menve az eredeti helyükre visszaérkezzenek, közben a székek nem borulhatnak fel. Egy játékos egy széket foghat egyszerre. Semelyik székeknek sem szabad 4 lábbal a padlót érintenie, vagy felborulnia, különben a játékot előlről kell kezdeni. A játék előtt természetesen van idejük a résztvevőknek átgondolni, hogyan adogatják át egymásnak a székeket. A játékosok a jobb kezükön kívül semelyik másik testrészüket nem használhatják.

A játék játszható különböző nehezítésekkel is, pl. a játékosok a játék elején egy-egy kártyát kapnak, amelyen egy-egy, a játék során követendő utasítás áll. Pl. „most nem szólalhatsz meg”, „mindenképp a te ötletednek kell érvényesülnie”, „csak kérdéseket tehetsz fel” stb.) A játékosoknak a kapott utasítást kell követniük a játék során.

A játék végén közös értékelés következik a tréner vezetésével.

LÉPJ ELŐRE, HA....

Cél: empátia növelése, élethelyzetek megtapasztalása, személyes tapasztalatszerzés

Résztvevők száma: 5–15 fő

Helyszín: külső vagy belső tér

Kellékek: állítások megfogalmazva, kinyomtatva, szerepkártyák

Időtartam: 15–20 perc

Fejlesztett területek/készségek: önbecsülés, önismeret, önértékelés, érzelmi intelligencia, empátia

A résztvevők felállnak egy sorban a terem egyik felében. Mindenkinek adunk egy szerepkártyát, a játékban ennek megfelelően kell viselkednie. Ezután a tréner különböző állításokat olvas fel. Minden résztvevő egyénileg eldönti, hogy a játékban viselt szerepe szerint az állítás igaz-e rá vagy sem. Ha igaz, előre lép egyet. A játék végén szemléletes „szociális térkép” alakul ki a teremben a különböző élethelyzetekről és lehetőségekről.

Lehetséges állítások:

- Van, akinek kiönthetem a lelkemet
- Naponta másfél órát a családommal töltök/
- Naponta másfél órát aktívan (beszélgetés, játék) a családommal töltök
- Okostelefonom van/ iPhone 6-osom van
- A családukban van autó/ minimum 6 millió forintot érő autónk van
- Külön szobában alszom/ családtagommal beszélgethetek elalvás előtt a szobámban
- Saját tv-m van
- Élnék a nagyszüleim
- Élnék a nagyszüleim és tartom velük a kapcsolatot
- Utaztam már repülővel
- Tanulok hangszeren játszani
- Tartunk háziállatot
- Járok különóra
- Van saját hobbim
- Rendszeresen járok moziba/ rendszeresen járok színházba
- Volt már valaha szülinapi zsúrom
- Van Facebook profilom
- Naponta minimum két órát töltök a Facebookon
- Van lehetőségem rendszeresen sportolni

- Csonka családban élek
- Magányosnak érzem magam
- Boldognak/kiegyensúlyozottnak érzem magam
- Beszélek min. 1 idegen nyelvet középfokon
- Végzek önkéntes munkát valahol
- (Rendszeresen) dohányzom

Lehetséges szerepek:

- Kőgazdag vagy
- Halmozottan sérült gyereket nevelő családban élsz
- Cigány vagy (Pl. Szeged, Kecskés telep)
- Alkoholista vagy
- Csonka családban élsz, szerény anyagi körülmények között
- Tanyasi családban nevelkedsz
- Hallássérült vagy
- „Normál” családban élsz
- Sokgyerekes családban élsz
- Önmagadat add (saját élethelyzet)
- Alkoholista vagy

KIADÓ LAKÁS

Szituációs játék az előítéletesség és a kirekesztés témájában

Résztevők száma: 5–15 fő

Helyszín: terem, benti tér

Kellékek: kiadó lakás hirdetés

Időtartam: 30 perc

Felkészített területek/készségek: érvelés, vita, együttműködés, kompromisszumkészség, prioritizálás

A résztvevőket két csoportra/ több kisebb csoportra osztjuk. A csoportoknak ugyanazt a szituációt osztjuk ki. A csoportok közösen megbeszélik álláspontjukat, majd ezt megosztják (indoklással együtt) a többi csoporttal is.

A feladat:

Helyezkedjétek bele a következő szituációba! A csoporttal közösen állítsatok fel egy sorrendet, kinek adnátok ki legszívesebben (1.) és legkevésbé szívesen a lakást! A csoport sorrendjét be kell majd mutatni a többieknek is.

Örököltél egy lakást, amit ki szeretnél adni. Feladtál egy hirdetést, és a következő jelentkezők közül kell választanod.

- 5 tagú kurd család, most költöznek ki a befogadó állomásra, ahol 1 évet töltöttek.
- Kínai vendéglős házaspár, gyermektelenek, 3 éve élnek Magyarországon, a Csongrádi körúton van kis étkezdéjük.
- Erdélyi munkanélküli házaspár, 3 kiskorú gyerekkel. Idáig egy másik lakást béreltek, de onnan elküldték őket.
- Fekete bőrű üzletember, az AUCHAN cégben magas pozíciója van, most érkezett Magyarországra.

- Meleg pár, szórakozóhelyet üzemeltetnek a Cserepes soron.
- Hippi fiatalok, két óvodáskorú gyerekkel (oltásellenesek).
- Egyedülálló anya, „maffiózó” férje kidobta.

LEILA TÖRTÉNETE

Cél: megmutatni, hogy sémák alapján gondolkodunk, előítéletesség működésére rávilágítani, értékrend témáját felvetni

Részvevők száma: 5–15 fő (páros létszám szükséges)

Helyszín: terem, benti tér

Kellékek: nincs

Időtartam: 30–40 perc

Fejlesztett területek/készségek: önismeret, személyes értékrend felvállalása, érvelés, nyitott gondolkodás, (ön)kritika

A tréner az alábbi történetet meséli el a résztvevőknek, majd arra kéri őket, hogy tegyék szimpátia alapján sorrendbe a szereplőket. (1: a legszimpatikusabb, 5: a legkevésbé szimpatikus).

Az egyéni szimpátiasorrendek felállítását követően a résztvevők tréneri vezetéssel megbeszélnek a sorrendeket. Végül, a tréner megosztja a résztvevőkkel a történetből elhallgatott/kihagyott információkat.

„Leila át akar kelni a krokodiloktól hemzsegő folyó túlsó partjára, hogy találkozhasson szerelmével, Mohameddel. Elmegy Ahmedhez, s megkéri őt, hogy vigye át csónakján a túlpartra. Ahmed azonban nemet mond Leilának. Leila ezután gondol egyet és elmegy Alihoz, akinek szintén van egy csónaka és megkéri, hogy vigye át a folyó túlsó partjára. Ali azt válaszolja, hogy ha nála tölti Leila az éjszakát, akkor másnap átviszi a folyón. Így is történt. Leila ezután találkozik Mohameddel és mindent elmond neki. Mohamed azonban elutasítja a lány szerelmi közeledését. Leila nagyon szomorúan bandukol és útközben találkozik Jaffarral, akinek mindenről beszámol, ami vele történt. A nap második felében Jaffar összetalálkozik Mohameddel, és jól összeveri.

A hiányzó információk, avagy ami valóban történt:

Leila 17 éves középiskolás lány. Mohamed 36 éves, nő, két gyermeke van, és Leila tanára a középiskolában. Ahmed szintén Leila tanára. Ali, Leila idős, egyedül élő nagyapja, aki nagyon szereti és félti a lányt, ezért később este már nem engedi sem hazamenni, sem átkelni a folyón. Miután Leila beleegyezik, hogy nála marad, megteáznak, jól elbeszélgetnek és a lány ott alszik a nagyapja házában. Jaffar egy pszichopata örvült, aki rendkívül erőszakos, de kedveli Leilát.

A hallott plusz információk nyomán felmerül a szimpátiasorrend újraértékelésének kérdése, illetve rávilágíthatunk az előítéletek működésére, a minták és sablonok gondolkodásban betöltött szerepére.