

Euro-Forum Marek Gudków

Szablon diagnostyczny numer 7 Zachowania agresywne i rozwiązywanie konfliktów.

Innowacyjny Program Nauczania Wczesnoszkolnego



Zachowania agresywne i rozwiązywanie konfliktów

Agresję najczęściej definiuje się jako intencjonalne zachowanie ukierunkowane na wyrządzenie szkody. Może być skierowana na inne osoby (agresja fizyczna, psychiczna, werbalna itp.) lub na samego siebie (autoagresja). Jest zjawiskiem powszechnie występującym w szkole i obecnie jednym z największych wyzwań z jakimi przyszło się zmierzyć współczesnym nauczycielom. Różne są jej przyczyny (genetyczne, środowiskowe, rówieśnicze) i różną może przybierać formę, bardziej, lub mniej nasiloną. Warto wprowadzać rozmaite działania profilaktyczne już od najmłodszych klas szkolnych. Poniżej przedstawiono szereg ćwiczeń umożliwiających nauczycielom kształtowanie u uczniów umiejętności radzenia sobie z własną złością i rozwiązywania konfliktów na co dzień. Podczas realizowania ćwiczeń diagnostycznych nauczyciel ma okazję zaobserwować różne rodzaje reakcji przejawiane przez jego uczniów w trudnych sytuacjach. Ćwiczenia kształtujące umiejętność zawierają elementy psychoedukacji. Uczniowie uczą się rozpoznawać własne negatywne emocje, nazywać je, a także rozładowywać negatywne napięcia np. poprzez relaksację i techniki wyobrazeniowe. Uświadamiają sobie, skąd mogą uzyskać wsparcie, gdy tego potrzebują. Ponadto poznają czym jest konflikt, jakie są jego rodzaje oraz sposoby rozwiązania. Przepracowanie trudnych sytuacji w bezpiecznych warunkach (w trakcie lekcji), zwiększa prawdopodobieństwo przenoszenia nowo nabytych umiejętności na sytuacje realne.

SYTUACJE DIAGNOSTYCZNE

Sytuacja diagnostyczna 1: „Obserwacja”

Nauczyciel obserwuje zachowania dzieci w czasie lekcji, przerw i po lekcjach, a także w czasie wspólnych wyjść klasowych.

Cel: poznanie poziomu opanowania umiejętności rozwiązywania konfliktów i radzenia sobie z trudnymi emocjami przez dzieci





Czas: podczas całego okresu edukacji wczesnoszkolnej

Materiały: Niepotrzebne.

Uwagi: Warto, by nauczyciel własne obserwacje dotyczące zachowania uczniów konfrontował z obserwacjami innych pracowników szkoły. Posłuży to stworzeniu pełniejszego i bardziej obiektywnego obrazu dziecka. Będzie również pomocne w trakcie rozmów z rodzicami. Informacje i spostrzeżenia można odnotowywać w załączonym Arkuszu diagnostycznym nr 1.

Sytuacja diagnostyczna 2: „Lądowanie na księżycu”

Nauczyciel przedstawia uczniom zadanie: „Pewna grupa osób znalazła się na księżycu. Po wylądowaniu okazało się, że statek kosmiczny uległ awarii. Aby dostać się do bazy, z której możliwy będzie powrót na Ziemię, uczestnicy wyprawy muszą przejść wiele kilometrów. Nie wiedzą jednak gdzie dokładnie się w tej chwili znajdują. Zanim wyruszą, muszą dojść do porozumienia, które przedmioty ze statku należy wziąć na wyprawę ze sobą (5 z 20). Przedmioty do wyboru: latarka, lina, mikroskop, skafander, łopata, laptop, aparat fotograficzny, worki foliowe, lusterko, kanapki, zapalki, zegarek, kompas, kurtka, apteczka, książki, szkło powiększające, radio, antena satelitarna, papier.”

Klasa dzieli się na 2 zespoły i najpierw każdy zespół ustala, które 5 przedmiotów zabrałby z sobą na wyprawę. Następnie zespoły wspólnie wybierają 5 przedmiotów dla całej klasy.

Cele:

- Obserwacja zachowania poszczególnych uczniów pod kątem zachowań agresywnych
- Ocena poziomu umiejętności rozwiązywania konfliktów
- Diagnoza skuteczności obieranych strategii przy próbach rozwiązania konfliktu
- Ocena „potrzeb edukacyjnych” w zakresie rozwiązywania konfliktów

Czas: 30 minut (20 minut aktywności uczniów + 10 minut omówienie i podsumowanie zadania)





Materiały: 2 pojemniki plastikowe zawierające kartoniki z wypisanymi przedmiotami (po 1 dla każdej grupy)

Uwagi: Na podstawie obserwacji zachowania uczniów możemy również dowiedzieć się: czy klasa jako zespół potrafi ze sobą współpracować, jakie role przyjmują uczniowie, kto wyróżnia się na tle grupy wysokimi umiejętnościami interpersonalnymi i organizacyjnymi, kto będzie od nas wymagał pomocy w tym zakresie itp. Informacje i spostrzeżenia można odnotowywać w załączonym Arkuszu diagnostycznym nr 2.

SYTUACJE KSZTAŁTUJĄCE UMIEJĘTNOŚCI

Sytuacja kształtująca umiejętność nr 1: „Na straganie”

Inscenizacja wiersza J. Brzechwy „Na straganie”. Nauczyciel rozpoczyna rozmowę na temat znanych uczestnikom warzyw zaznaczając ich walory smakowe. Potem zaznajamia z treścią wiersza, a po jego przeczytaniu wspólnie z grupą poddaje analizie jego treść (wyodrębnione postacie, miejsce akcji, wydarzenia). Następnie rozdaje każdemu uczniowi treść wiersza i proponuje, żeby każdy wybrał sobie warzywo, którym chciałby być. Następuje ćwiczenie prawidłowego odczytania tekstu wiersza zgodnie z zasadami recytacji; próba odczytania wiersza z podziałem na role; improwizacja wiersza. Po zakończeniu przedstawienia uczestnicy sami dokonują oceny swojej pracy, dzielą się wrażeniami, opowiadają o swoich przeżyciach, wymyślają inne zakończenia wiersza.

Cele:

- Kształtowanie umiejętności rozumienia przyczyn powstawania sytuacji konfliktowych
- Rozwój empatii i wyobraźni
- Rozwój umiejętności komunikacyjnych i narracyjnych

Czas: Może być dowolnie regulowany przez nauczyciela. Średnio około 20 minut.

Materiały: Kartki z wydrukowanym tekstem wiersza, kartoniki przedstawiające poszczególne warzywa (do wykorzystania przy czytaniu na role)





Uwagi: Zajęcia mogą być wplecione w naukę j. polskiego

Sytuacja kształtująca umiejętność nr2 : „Namaluj swoją złość”

Uczestnicy mają przedstawić swoją złość za pomocą farb i kartek papieru w dowolny sposób. Prowadzący nie sugeruje niczego. Na wszelkie pytania odpowiada „Jak chcesz, jak uważasz”. Na koniec omawia się wszystkie prace – najpierw robi to autor, a później grupa dzieli się skojarzeniami, wrażeniami dotyczącymi danej pracy. Nauczyciel zaznacza, że gdy jesteśmy bardzo zdenerwowani lub zezłoszczeni na kogoś lub na coś, warto dać upust swoim emocjom i energii poprzez taki właśnie rysunek.

Cele:

- Kształtowanie umiejętności rozmawiania o trudnych emocjach
- Kształtowanie umiejętności odreagowania negatywnych emocji w sposób akceptowany społecznie.
- Stworzenie okazji do rozwijania ekspresji artystycznej

Czas: Wykonanie rysunku ok 10-15 minut, omówienie ok. 1-2 minuty na ucznia

Materiały: kartki A4, farby, pędzelki, kubki z wodą

Uwagi: Zajęcia dobrze jest poprowadzić wtedy, gdy zaobserwujemy u uczniów podniesiony poziom złości, zawiedzenia lub frustracji (np. gdy odwołano lub zmieniono datę ważnego wydarzenia dla dzieci, takiego jak wyjście do kina, na wycieczkę, do teatru itp.)

Sytuacja kształtująca umiejętność nr3 : „Zasady klasowe”

Stworzenie zasad współdziałania obowiązujących w klasie. Nauczyciel przeprowadza burzę mózgów wśród swoich uczniów, zapisując na tablicy odpowiedzi na pytania:

- Jakie zasady powinny obowiązywać w naszej klasie?
- Jak chcielibyście się czuć w naszej klasie?
- Jak chcielibyście być traktowani przez innych uczniów w naszej klasie?





Następnie wspólnie z uczniami wybiera najważniejsze, pamiętając, by sformułować je w sposób pozytywny, np. zamiast „nie bijemy się” ustalamy, że „konflikty rozwiązujemy pokojowo”. Ochotnicy zapisują poszczególne zasady na dużej kartce papieru.

Cele:

- Uświadomienie uczniom, że to oni mają realny wpływ na atmosferę i zasady panujące w klasie, co z kolei podnosi ich poziom utożsamiania się z zasadami i stosowania się do nich
- Wzrost poczucia bezpieczeństwa wszystkich uczniów
- Pokazanie wzorcowych zasad współżycia z innymi ludźmi, co przenosi się również na funkcjonowanie uczniów poza szkołę

Czas: około 10-15 minut

Materiały: kartka typu flipchart i mazak

Uwagi: Stworzone zasady klasowe warto jest powiesić w widocznym dla wszystkich miejscu, by łatwo można się było do nich odwołać w razie potrzeby.

Sytuacja kształtująca umiejętność nr 4: „Kolo bezpieczeństwa”

Uczniowie indywidualnie wycinają z papieru technicznego i kolorują kredkami swoje koła bezpieczeństwa. Następnie wypisują na nich osoby, miejsca i czynności które pomagają im w trudnych sytuacjach, w rozwiązywaniu konfliktów, odreagowaniu napięć i zwiększaniu poczucia bezpieczeństwa. Rozmawiają o tym w czteroosobowych grupkach. Ćwiczenie przeplatane jest podsumowaniami nauczyciela odnośnie wsparcia jakie dzieci mogą otrzymać w domu oraz w szkole (nauczyciel może wskazać konkretne osoby do których uczeń może się zgłosić po pomoc: nauczyciel, pedagog, psycholog) - na tej podstawie dzieci uzupełniają swoje koła bezpieczeństwa.

Cele:

- Rozwijanie świadomości, gdzie dziecko w razie potrzeby może się zwrócić po pomoc lub wsparcie





- Zapoznanie uczniów ze specjalistami pracującymi w placówce, ułatwienie pierwszego kontaktu
- Wzrost samoświadomości

Czas: około 20 minut

Materiały: papier techniczny, nożyczki, kredki – dla każdego ucznia

Uwagi: Ten watek warto połączyć z wycieczką do gabinetu psychologa i pedagoga szkolnego lub z zaproszeniem specjalisty do klasy.

Sytuacja kształtująca umiejętność nr 5: „Nauka relaksacji i odreagowanie napięć”

Zajęcia dobrze jest przeprowadzić na sali gimnastycznej, gdzie uczniowie mogą położyć się na materacach. W przypadku braku takiej możliwości nauczyciel prosi uczniów przy przyjęciu w miarę najwygodniejszą pozycję na krześle. Nauczyciel włącza muzykę relaksacyjną z jakimś motywem przyrodniczym, Prosi uczniów o wyciszenie się i zamknięcie oczu. Następnie mówi spokojnym głosem: „Wsluchaj się w muzykę, w dźwięki natury, jakie zwierzęta słyszysz? Jakie odgłosy przyrody słyszysz? Spróbuj uruchomić swoje zmysły, poczuj słońce, które ogrzewa twoje ciało, wiatr, który cię lekko chłodzi, deszcz, który płynie po twojej twarzy...Przenieś się myślami w tamto miejsce...oddychaj spokojnie i miarowo, twoje ciało odpoczywa...

W przypadku braku możliwości odtworzenia muzyki, warto zaproponować uczniom ćwiczenia oddechow: „Usiądźcie wygodnie, zamknijcie oczy, napierajcie powietrze nosem, wydychajcie ustami. Wyobraźcie sobie że wciągacie do płuc świeże, czyste powietrze, pełne dobrej energii, a wydychacie złość, zmęczenie, wszystko co was boli albo martwi. Z każdym oddechem czujecie się spokojniejsi, dobrze się czujecie”.

Cele:

- Rozwijanie umiejętności zrelaksowania się, samospokojenia się





- Rozwijanie świadomości własnego ciała
- Rozwijanie wyobraźni
- Poprawa samopoczucia, nastroju, koncentracji uwagi

Czas: Może być dowolnie dostosowany, optymalnie około 15-20 minut

Materiały: odtwarzacz muzyki, nagranie muzyki relaksacyjnej

Uwagi: Relaksacja może być stałym elementem zajęć, np. raz w tygodniu w piątki, gdy u dzieci widoczny jest duży poziom zmęczenia. Może też być dowolnie włączana według potrzeb dzieci obserwowanych przez nauczyciela.

Sytuacja kształtująca umiejętność nr 6: „Paweł i Gawel”

Nauczyciel czyta wiersz A. Fredro „Paweł i Gawel”, potem prosi o zinterpretowanie jego treści w postaci improwizowanych scenek. Uczniowie w swobodnych improwizacjach używając właściwych słów z dodaniem gestykulacji prezentują treść wiersza. Następnie prowadzący analizuje sytuację na forum grupy w poszukiwaniu rozwiązania sytuacji konfliktowej: Czego chce Paweł? Czego chce Gawel? Co czuje Paweł? Co czuje Gawel? Co robi Paweł? Co robi Gawel? Wszyscy uczniowie poszukują wspólnej potrzeby (dla Pawła i Gawła), która stanowiłaby podstawę do rozwiązania konfliktu. Klasa zastanawia się, co stracą obie strony nie rozwiązując konfliktu, a także poszukuje możliwości konstruktywnego rozwiązania tej sytuacji, które zaspokoiliby wspólne potrzeby. Uczniowie oceniają rozwiązania i wybierają jedno - uznane przez grupę za najlepsze.

Cele:

- Rozwijanie empatii
- Rozwijanie zdolności komunikacyjnych, improwizacji, dyskusowania na forum
- Wzbudzenie refleksji na temat potrzeb własnych i innych ludzi
- Kształtowanie umiejętności konstruktywnego rozwiązywania konfliktów

Czas: Około 20-25 minut





Materiały: Treść wiersza A.Fredro „Paweł i Gawel”

Uwagi: Zajęcia ze względu na treść mogą być wplecione w naukę języka polskiego.

Sytuacja kształtująca umiejętność nr 7: Teatr Pacynek „Konflikt”

Nauczyciel proponuje odegranie przez pacynki konfliktu na wzór faktycznie zaistniałej w klasie sytuacji lub jakiegoś scenariusza. Po odegraniu konfliktu widzowie proponują rozegranie go w sposób dobry dla wszystkich uczestników. Odgrywane są różne propozycje zakończenia.

Cele:

- Kształtowanie umiejętności rozwiązywania konfliktów
- Rozwój empatii i wyobraźni
- Kształtowanie umiejętności współpracy z rówieśnikami

Czas: Można dowolnie dostosować.

Materiały: Pacynki lub rysunki postaci.

Uwagi: Uczniowie mogą wcześniej samodzielnie wykonać pacynki do teatrzyku na zajęciach plastycznych.

Sytuacja kształtująca umiejętność nr 8: „Świadomość negatywnych stanów emocjonalnych”

Burza mózgów prowadzona przez nauczyciela: Jak wygląda twarz osoby, która się złości? Jak pokazuje ciało człowieka, że czuje złość? Jak zachowuje się osoba, która czuje złość? W jaki sposób można rozładować złość? Nauczyciel zapisuje wszystkie pomysły na kartonach, podsumowując każdy z nich w taki sposób, by uczeń potrafił nazwać charakterystyczne cechy dla odczuwania złości oraz wymyślić sposób na poradzenie sobie z nią.

Cele:





- Zwiększenie świadomości własnych stanów emocjonalnych
- Rozwój umiejętności rozpoznawania negatywnych stanów emocjonalnych u innych
- Kształtowanie umiejętności radzenia sobie z trudnymi uczuciami

Czas: Około 20 minut

Materiały: kartony, mazaki

Uwagi: W podobny sposób nauczyciel może rozwijać świadomość różnych emocji (negatywnych, jak np. smutku, żalu, zazdrości, jak również pozytywnych, takich jak radości, szczęścia i satysfakcji).

Sytuacja kształtująca umiejętność nr 9: „Czym jest konflikt?”

Burza mózgów: uczniowie wypisują na szarym papierze wszystko, co kojarzy im się z konfliktem. Nauczyciel krótko omawia zapisane skojarzenia. Następnie próbuje podzielić zapisane pomysły na sytuacje przed konfliktem - jak go unikać, oraz po konflikcie – jak się pogodzić, zadośćuczynić itp. Nauczyciel rozpoczyna rozmowę z uczniami na temat pozytywnych i negatywnych stron konfliktu (dowiedzenie się co myślą o mnie inni, pogodzenie się, rozwiązanie problemu/agresja, nienawiść do kogoś, poniżanie, brak rozwiązania).

Cele:

- Rozwój wiedzy na temat zjawiska konfliktu, jego mocnych i słabych stron
- Kształtowanie umiejętności rozmowy na trudne tematy
- Rozwój empatii
- Rozwój samoświadomości

Czas: Może być dowolnie kształtowany

Materiały: szary papier, mazaki

Uwagi: Powyższe ćwiczenie może być dobrym wstępem do rozmowy na temat zaistniałego konfliktu klasowego lub omówienia innej ważnej sytuacji gdzie wystąpił np. konflikt interesów.





Sytuacja kształtująca umiejętność nr 10: „Ja w konflikcie”

Uczniowie na kartce A4 rysują symbolicznie swoją postać i otaczają ją kołem, a na pozostałej części również symbolicznie rozmieszczają osoby ze swojego życia: rodziców, kolegów, rodzeństwo. Nauczyciel pyta: Czy zdarzają się wam konflikty z osobami, które narysowaliście? Przy pomocy 3 rodzajów linii połączcie siebie z tymi osobami:

- linią łączną połączcie siebie z osobami, z którymi prawie nie macie konfliktów,
- linią falowaną połączcie siebie z osobami, z którymi od czasu do czasu jesteście w sytuacjach konfliktowych,
- linią przerywaną połączcie siebie z osobami, z którymi jesteście w częstych sytuacjach konfliktowych.

Następnie ochotnicy omawiają swoje arkusze. Nauczyciel podsumowuje omawiając 3 rezultaty konfliktów: (Przegryany – wygrany jest wtedy, gdy jedna ze stron jest zadowolona, a druga jest niezadowolona, ze sposobu rozwiązania konfliktu. Przegryany – przegrany jest wtedy, gdy obydwie strony są niezadowolone, ze sposobu rozwiązywania konfliktu. Wygrany – wygrany jest wtedy, gdy obydwie strony są zadowolone z rozwiązania konfliktu.).

Na koniec uczniowie zapisują na kartonie wspólne wnioski (np. wszyscy przeżywamy konflikty; konflikty powstają, ponieważ różnimy się między sobą; konflikty są naturalną częścią naszego życia; konflikty mają dobre strony: pozwalają nam dostrzec różnice między nami a innymi itp.)

Cele:

- Rozwój samoświadomości i wglądu
- Kształtowanie empatii i wyobraźni
- Poznanie 3 rodzajów rezultatów konfliktu

Czas: około 20 minut

Materiały: arkusze papieru A4

Uwagi: Brak

Sytuacja kształtująca umiejętność nr 11: „Moja złość”

Uczniowie po kolei kończą zdanie: Moja złość jest jak” Następnie wykonują ilustrację swojej złości.

Cele:

- Rozwój umiejętności wyrażania nieprzyjemnych stanów emocjonalnych





- Rozwój wyobraźni i samoświadomości
- Poznanie sposobów odczuwania złości przez rówieśników

Czas: Może być dowolnie dostosowany do potrzeb klasy

Materiały: arkusze papieru A4, kredki lub farby

Uwagi: W podobny sposób można rozwijać wyrażanie różnych stanów emocjonalnych

Bibliografia:

- J. Rojewska, Grupa bawi się i pracuje cz.II, UNUS 2000
- A. Kołakowski, A. Pisula, Sposób na trudne dziecko. Przyjazna terapia behawioralna, GWP, Sopot 2011
- P. Stallard, Czujesz tak, jak myślisz, Wyd. Zysk i S-ka, Poznań 2006

