

Scenariusz na zajęcia o charakterze terapeutycznym /rozwijające kompetencje emocjonalno-społeczne

Autorka : Joanna Kozak

Czas trwania zajęć: 45 min.

Tytuł scenariusza / Temat zajęć:

Prostokątne problemy.

Krótki opis scenariusza:

Scenariusz przeznaczony jest dla uczniów objętych pomocą psychologiczno – pedagogiczną w formie zajęć o charakterze terapeutycznym lub rozwijających kompetencje emocjonalno – społeczne prowadzonych przez psychologa lub pedagoga szkolnego. Jest on wstępem do kilku zajęć poświęconych rozwiązywaniu różnego rodzaju problemów, które są udziałem młodzieży we wczesnej adolescencji. Scenariusz zakłada, że uczeń posiada już pewne umiejętności z obszaru inteligencji emocjonalnej m.in. nazywanie uczuć, radzenie sobie z negatywnymi emocjami, wiedza na temat związku myśli i emocji. Kontynuacja będzie związana z treningiem rozwiązywania konkretnych problemów. Niniejszy scenariusz przeznaczony jest do pracy indywidualnej, ale po nieznacznej modyfikacji może być używany w formie grupowej.

Cele szczegółowe:

Po zajęciach uczeń:

- ✓ Potrafi nazwać emocje występujące podczas rozwiązywania problemów,
- ✓ Formuluje i wypowiada myśli, które towarzyszą rozwiązywaniu problemu logicznego,
- ✓ Wymienia różne problemy, które napotykają ludzie,
- ✓ Wymienia fazy rozwiązywania problemu,
- ✓ Wymienia czynniki utrudniające i ułatwiające rozwiązywanie problemów.

Metody:

- ✓ Gra dydaktyczna
- ✓ Rozmowa kierowana
- ✓ ćwiczeniowa

Formy pracy:

- ✓ **indywidualna**

Środki dydaktyczne i materiały:

- ✓ Gra logiczna **8 x 8 Mondrian block**
- ✓ Schemat procesu rozwiązywania problemów
- ✓ Koło emocji

Przebieg zajęć:

Wprowadzenie

1. Ćwiczenie na rozpoczęcie zajęć. Nauczyciel zadaje pytanie: Jakie myśli i uczucia towarzyszą Ci w tym momencie? O czym teraz myślisz i jak się czujesz? Możesz wybrać i zaznaczyć uczucia na kole emocji. 5 min.

2. Ćwiczenie: gwiazda skojarzeń. Na środku kartki nauczyciel zapisuje słowo PROBLEM i prosi ucznia/uczennicę, aby zapisać wszystkie skojarzenia, związane bezpośrednio z tym słowem. Skojarzenia zapisuje w taki sposób, by od głównego słowa odchodziły linie, a słowa były umieszczone pod linią według zasady jedna linia – jedno skojarzenie. 5 min

Praca właściwa

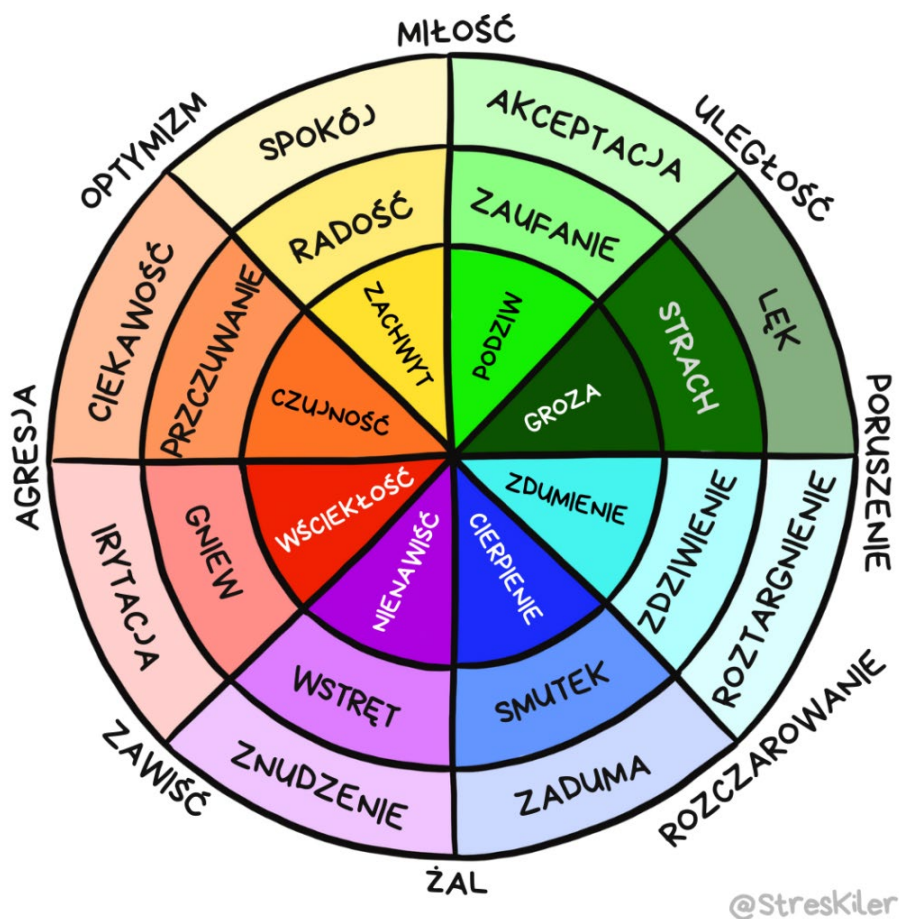
3. Ćwiczenie z wykorzystaniem gry logicznej 8x8 Mondrian block. Nauczyciel kładzie przed uczniem/uczennicą pudełko z grą i podaje instrukcję – zagraj w grę. 10 min.
4. Omówienie ćwiczenia. Nauczyciel prowadzi rozmowę na temat tego, czego doświadczył uczeń podczas rozwiązywania problemu. Nauczyciel mówi do ucznia: To, czego doświadczyłeś to właśnie problem, a właściwie problemy do rozwiązania.
 - Co według ciebie było problemem? (najpierw otwarcie pudełka, a potem zagraj w grę logiczną)
 - Jakie myśli i emocje towarzyszyły Ci w tym zadaniu? (zapisz je na kartce) (Przykładowe myśli: „Nie umiem otworzyć tego głupiego pudełka!”, „Jak to zrobić?”, przykładowe emocje: złość, strach, satysfakcja)
 - Co musiałeś zrobić, żeby rozwiązać te problemy? (musiałem się zastanowić, poprośbować, uspokoić, nie poddawać, przeczytać instrukcję, zrozumieć ją itp.)
 - Co było łatwe, a co sprawiało Ci trudność?
 - Co Ci pomogło w rozwiązaniu problemu? (pomocne mogło być: myślenie typu „dam radę”, „nie poddam się”, eksperymenty, próbowanie, wytrwałość, umiejętność wnioskowania)
 - Co Ci utrudniało rozwiązanie tego problemu? (myśli typu: „jestem do niczego”, skupianie się na emocjach zamiast na zadaniu, zbyt mało prób, zaprzestanie eksperymentowania, zniechęcenie)
 - Jakie inne problemy napotykasz każdego dnia? (w kontaktach z kolegami, koleżankami, zadanie domowe, brak przyborów potrzebnych do nauki, wykonanie obowiązku domowego) 10 min.
5. Przedstawienie i omówienie uproszczonego schematu procesu rozwiązywania problemów w odniesieniu do wcześniejszego doświadczenia, w nawiązaniu do wcześniejszej rozmowy oraz zebranie omówionych czynników ułatwiających i utrudniających rozwiązywanie problemów z użyciem notatki graficznej. 10 min.

Podsumowanie

6. Dokończ zdanie: Dziś podczas zajęć dowiedziałem się, że... 5 min.

Załączniki

1. Koło emocji



<https://streskiler.pl/wp-content/uploads/2020/05/Mapa-emocji-A4.pdf>

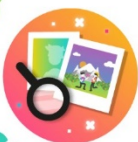
2. Schemat faz rozwiązywania problemów.

Online w Genial.ly: <https://view.genial.ly/6120b5e190fd540d98ebbba6/interactive-content-detective-vibrant>

FAZY ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW

01

ZAUWAŻ
I NAZWIJ PROBLEM



02

ZASTANÓW SIĘ
I OPISZ GO

03

POMYŚL NAD
ROZWIĄZANIAMI



04

WYBIERZ JEDNO
I ZASTOSUJ

05

OBSERWUJ
SKUTKI



06

OCEŃ I WYCIĄGNIJ
WNIOSKI

