

Enida Cokoja

16.05.2025. 14:58

Pogledano: 55 puta

Asertivna komunikacija - radionica

Radionica omogućava učenicima da razlikuju stilove komunikacije, upoznaju asertivne tehnike, razvijaju izražavanje mišljenja i osjećanja na konstruktivan način te razmisle o vlastitom načinu komuniciranja.



Tags

Odgojne strategije

Obrazovne strategije

Aktivnosti sa učenicima

Socio-emocionalni razvoj i razvoj ličnosti

Društveno-humanističko područje

Organizacijski oblik nastave

Predmetna nastava 3. razred

Vrsta nastavnog procesa

Osnovna vrsta nastave - Redovna nastava

Suradnja škole sa roditeljima i zajednicom te razvoj školskog kolektiva

Aktivnosti sa učenicima

Savjetodavni odgojni rad

Trajanje

45 minuta

Oblasti

Kroskurikularne i međupredmetne teme

Društveno-humanističko područje

Predmet

Psihologija

Ključne kompetencije

Građanska kompetencija

Kompetencija kulturološke svijesti i istraživanja

Ciljevi i ishodi učenja i poučavanja

☒☒ Ciljevi radionice:

- ☒☒ Potaknuti učenike na ličnu refleksiju o vlastitom načinu komuniciranja
- ☒☒☒ Upoznati pojmove: asertivna, pasivna i agresivna komunikacija
- ☒☒ Razvijati vještine izražavanja misli i osjećanja na konstruktivan način
- ☒☒☒ Istražiti i uvježbati osnovne tehnike asertivne komunikacije
- ☒☒ Osnažiti učenike za primjenu naučenog u svakodnevnim situacijama

☒ Ishodi učenja:

Učenik/ca će moći:

- ☒☒ Prepoznati i opisati vlastite obrasce komunikacije
- ☒☒ Objasniti pojam asertivne komunikacije i njenu važnost
- ☒☒ Usporediti asertivan, pasivan i agresivan stil komuniciranja
- ☒☒ Imenovati i objasniti najmanje dvije tehnike asertivne komunikacije
- ☒☒ Osmisliti svakodnevni primjer primjene naučene tehnike
- ☒☒ Kritički promišljati o tome kako poboljšati svoj komunikacijski stil

Detaljan opis realizacije

1. Uvod (10 minuta)

Aktivnost: Lična refleksija – Samoprocjena komunikacijskih vještina

Učenici dobijaju list s pitanjima za samoprocjenu komunikacijskih vještina (ili se pitanja projektuju na tablu):

- Kako govorim (brzina, glasnoća...)?
- Počinjem li govoriti prije nego je sugovornik završio misao?
- U kojim situacijama i s kojim ljudima ostajem bez riječi?
- Što radim, mislim, osjećam kad su sugovornici verbalno agresivni?
- Što radim, mislim, osjećam kad sugovornik ne želi razgovarati i kad šuti?
- Što radim, mislim, osjećam kad se sugovornik jako rasplače?
- Koje ljude, priče teško slušam?
- Koja je moja uobičajena "poštapalica" i gesta?
- Što mi je teže: slušati ili voditi razgovor?
- Što bih u mojoj komunikaciji najviše željela promijeniti?

Učenici biraju 3–5 pitanja na koja odgovaraju pisano (5 minuta tišine), zatim se vodi kratka diskusija.

2. Glavni dio (30 minuta)

Diskusija na osnovu slajdova (vođena pitanjima):

☒☒ Šta je asertivna komunikacija?

- Kako biste svojim riječima objasnili šta znači biti asertivan?
- Koje su prednosti ovakvog načina komunikacije za međuljudske odnose?

☒☒ Kako izgleda destruktivna komunikacija?

- Da li ste nekad bili u situaciji kada neko komunicira pasivno/agresivno? Kako ste se tada osjećali?

- Zašto je važno znati prepoznati destruktivni obrazac komunikacije kod sebe i drugih?

☒☒ Tehnike asertivne komunikacije

Učenici u parovima ili grupama dobijaju jednu ili dvije tehnike sa slajda:

- Vraćanje lopte
- Pokvarena ploča
- Kako reći NE
- JA poruke
- Građenje kompromisa
- Neutralisanje ljutnje itd.

Zadatak:

1. Ukratko objasnite tehniku.
2. Osmislite svakodnevni primjer.
3. Predstavite grupni rad.

3. Završni dio (5 minuta)

Refleksija:

- Koju biste tehniku voljeli isprobati u praksi? Zašto baš tu?
- Da li smatrate da biste mogli unaprijediti svoj stil komunikacije? Kako?

Završna poruka:

Asertivna komunikacija nije urođena, ona se uči i vježba. To je alat koji nam pomaže da se zauzmemo za sebe, a da pritom ne povrijedimo druge.

Praćenje i procjenjivanje

☒☒ Pregled ispunjenih listića samoprocjene

☒☒ Kratka usmena refleksija na kraju časa ("Što sam naučio/la?")

☒☒ Ocjena grupnih prezentacija tehnika (jasnoća, primjer)

☒ Samoprocjena: učenici biraju tehniku i evidentiraju namjeru primjene

☒☒ Škala zadovoljstva (1–5) za korisnost radionice

Savjeti za druge nastavnike/ce kod realizacije ove lekcije/teme

☒☒ Budite model asertivne komunikacije – način na koji vi vodite radionicu učenicima je već važna lekcija.

☒ Vrijeme za tišinu u uvodu je ključno – nemojte žuriti s diskusijom, pustite da refleksija bude lična i smirena.

☒☒ Podstičite dijeljenje primjera, ali poštujućte ako učenik ne želi govoriti o ličnim iskustvima.

☒☒ Formirajte grupe pažljivo – pazite da učenici budu upareni tako da se osjećaju sigurno i uključeno.

☒☒ Prilagodite broj tehnika broju grupa – ako je manji broj učenika, neka po jedna grupa dobije više tehnika.

☒☒ Povezujte s prethodnim sadržajem (npr. teme međuljudskih odnosa, sukoba, samopouzdanja).

☒☒ Završnu refleksiju shvatite ozbiljno – to je ključni trenutak za uvid učenika u vlastiti stil komuniciranja.

☒☒ U prilogu materijal za pripremu.

Metode i tehnike

Metoda razgovora

Metoda simulacije

Collections

Inspiriraj druge

Priprema za čas - Srednja škola

Odgojne strategije

Obrazovne strategije