

Foglalkozásterv irodalomterápiás foglalkozáshoz

Erőszakmentes kommunikáció
Juhász Gyula: Szavak (vers)

Komplex iskolai bűnmegelőzési program
hallássérült gyermekek számára
2017

Az oktatási segédanyagot készítette: Szabó Csilla

Témavezető: Mészáros Judit

Olvasószerkesztő: Kovács Zsuzsanna



A program a Belügyminisztérium és a Nemzeti Bűnmegelőzési Tanács támogatásával valósul meg.

Erőszakmentes kommunikáció

Juhász Gyula: Szavak

Téma: az érzelmek kifejezése, szavak ereje

Terápiás cél: A szavak erejének, pozitív és negatív hatásának tudatosítása, felhívni a figyelmet arra, hogy a szavak minden ember számára mást – mást jelentenek; szavainkkal akaratlanul is megsérthetünk másokat; annak felismertetése, hogy van verbális agresszió is.

Csoport: ajánlott a kamasz korosztálynak 14-18 éves korig, zárt csoport számára

Kellékek: a vers nyomtatott példányai a gyerekek és a foglalkozásvezető számára, filctollak, színes névjegyborítékok, írólapok, nyomtatott szókártyák, képek a szómagyarázathoz a táblára és két csoportnak, mágneses tábla, kréta

Időkeret: 90 perc

A foglalkozás menete:

Nyitókör: „Mutasd mozdulattal”

A csoport tagjai mutassák meg egy - egy mozdulattal a pillanatnyi érzelmeiket – a csoport próbálja kifejezni egy – egy szóval az üzenetet.

Igyekezzenek minél árnyaltabb kifejezésekre „lefordítani” a mozdulatot!

Cél: Annak tudatosítása, hogy a másik ember érzelmeit nem könnyű azonosítanunk.

Ráhangelés: Asszociációs körök

A csoportvezető szavakat mond. A csoporttagok minden szó elhangzása után mondanak egy olyan kifejezést, amit bennük az elhangzott szó felidéz. Haladhatunk ülésrend szerint, de megszólalhatnak kötetlen sorrendben is.

Ajánlott szavak: **szív, ököl, virág, kő, piros, csend, fekete, nevetés**

Cél: Annak tudatosítása, hogy mindenkiben más kép kapcsolódik egy – egy szóhoz.

A vers elolvasásának, tartalmi feldolgozásának előkészítése

Ismeretlen kifejezések jelentésének megbeszélése: **békít - lázít, eldönt, görnyed, gond, gügyög, öl – feltámaszt**

A szavak szócsíkokon a táblára kerülnek. A megbeszélés során ezek mellé írjuk a szavak, gyerekek számára már ismert szinonimáját. A megértést könnyíti, ha az ellentétes jelentésű szavak egy szócsíkon szerepelnek. Ezek szinonimái ugyanígy, párban kerülhetnek melléjük.

A vers felolvasása, tartalmi tisztázás, pontosítás

A verset a felolvasás előtt nyomtatásban megkapják a gyerekek. Így a csoportvezető felolvasását vizuálisan is követni tudják.

A tartalmi tisztázás során a költői képek kibontása, magyarázata történik, példákkal is megvilágítva. (Pl. a szavak...”följárnak, mint kísértetek” - váratlanul eszünkbe jutnak).

Szavak

Szavak, csodálatos szavak,
Békítenek, lázítanak.

Eldöntenek egy életet.
Följárnak, mint a kísértetek.

Szárnyalnak, mint a gondolat.
Görnyedve hordnak gondokat.

Világokat jelentenek.
Meghaltál, ha már nincsenek.

Dalolnak és dadognak ők.
Gügyögnek, mint a szeretők.

Ölnek és feltámasztanak.
Szavak, csodálatos szavak.

A vershez kapcsolódó feladatok

1. Szavak csoportosítása: a „görnyedő” és „szárnyaló” szavak kategóriájába

Ajánlott szavak: **titok, apa, csillag, emlék, hazugság, karácsony, hagyjál, remény, kézfogas, egyedül, színpad, játék, otthon.**

A táblára képek kerülnek, hogy szemléletessé tegyék a gyerekek számára a két fogalom, a „görnyed” és a „szárnyal” jelentését:

„görnyed”,



„szárnyal”



A gyerekek két csoportban, csoportonként egymástól jól elkülönülve dolgoznak. A képeket és a szócsíkokon szereplő szavakat mindkét csoport megkapja.

A csoportosítást követi a két csoport megoldásának megbeszélése, összehasonlítása, a különbségek megvitatása.

Cél: Annak megerősítése, hogy más – más érzelmeket kapcsolunk egy-egy szóhoz.

2. „Súlyos” szavak

Instrukció: Írj le 12 olyan szót, amelynek számodra súlya van.

- 3 olyan szót, amivel téged meg lehet simogatni
- 3 olyan szót, amivel te tudsz megsimogatni másokat
- 3 olyan szót, ami téged megsebez
- 3 olyan szót, amivel megsebeztél mást

Fontos! A gyerekek írólapra vagy jegyzetömb lapjaira dolgozhatnak. Háromnál kevesebb szó is elfogadható kategóriánként. Fontos viszont, hogy minden kategóriához kerüljenek szavak, esetleg rövid mondatok.

Megosztás – a gyerekek egyenként felolvassák az általuk leírt szavakat.

Ajánlott kérdések: Kinek, mikor mondtad, ki, mikor mondta neked ezeket a szavakat? Mit éreztél, amikor a „sebző” szavakat te kaptad? Ki tudtad fejezni az érzéseidet? Ha te sebezted meg mást: újra tudtad-e építeni a kapcsolatot?

Cél: Annak megerősítése, hogy a szavainkkal „sebezni” és „gyógyítani” is képesek vagyunk. Annak tudatosítása, hogy a sebző szavak indulatokat keltenek, ez pedig beláthatatlan következményekkel járhat. A sebző szavak emléke mély nyomot hagy bennünk. Annak érzékeltetése, hogy az érzelmek asszertív kifejezése a járható út.

3. „Ajándék”

Instrukció: Álljunk körbe! Teremts szemkontaktust valamelyik társaddal, majd induljatok el egymás felé! Cseréljétek helyet úgy, hogy a kapcsolatot végig fenntartjátok!

Amikor találkoztatok, ajándékozz egy szót vagy gesztust a társadnak, amivel örömet szerzel neki!

Zárókör

„Simogató üzenet”

Instrukció: Álljatok körbe! Tegyétek egymásra a kezeteiket! (Párok képzése az alul és felül lévő kezekből) Írj egy „simogató üzenetet” a párodnak, és add oda neki!

A gyerekek az üzenet megírása előtt színes névjegyborítékok közül választhatnak, a párjuk személyiségéhez illőt. Azt is megválaszthatják, milyen színű filctollal írják az üzenetet. Ez egy kis társismeretet igényel/feltételez.



Fontos! A játék végén – aki úgy érzi, - megoszthatja a kapott levelet. Mindenki magával viheti a borítékban a „simogató üzenetet”.

Cél mindkét feladat esetében a „pozitív” kapcsolatteremtés képességének és az empátiának a fejlesztése. A „simogató” szavak hatásának, az általuk keltett érzelmeknek intenzív átélése.