

# Erőszakmentes kommunikáció

Bóta Bernadett küldte be 2024. 04. 20., szo - 16:11 time időpontban

## **Terv típusa**

Óraterv

## **Szektor**

Egészségügy és jólét

## **Témakör, tanulási terület**

Önismeret, kommunikáció

## **Szakmai tantárgy(ak)**

Pszichológia

## **Évfolyam**

9. évfolyam

10. évfolyam

11. évfolyam

12. évfolyam

## **Tanulási, fejlesztési célok**

A kommunikációs , feszült helyzetben az érzések beazonosítása, megfogalmazása, a másik ember megfigyelése

## **Fogalmak**

asszertivitás, érzelemkifejezés, azonosítás, konfliktusmegoldás

## **Szükséges eszközök**

képek, érzéskártya,

## **Óra előtt vagy projekthez kiadott anyagok**

érzelemkártya, érzelemképek (moodcards).

## **Az óra / projekt bevezető része, előkészítése**

Előkészítem a termet, és az eszközöket.

## **Az óra / projekt megvalósítása**

Bevezetés: Jégtörő játék: hullámmozgás: körben állunk és végig fut egy hullám, guggolásból felegyenesedünk.

Ki hogyan jött, hogy érzi magát. A múltkori órából mit hozott vissza.

Munkafázis: kis csoportokat alkotunk az általuk húzott szín szerint. Mindenki húzzon egy érzelmekártyát amelyet eljátszik a csoportnak és a többiek próbálják az érzelmet beazonosítani.

Képeket választanak ki milyen szituációban tapasztalt ilyen érzelmet.

Reflexió: megbeszélés miért fontos az érzelmek beazonosítása, kifejezése a kommunikációban.

Zárókör: Kinek volt nehéz a feladat, hogyan érezték magukat közös szófelhő készítés

## **Tananyag készítéséhez használt alkalmazás**

Wordart

## **Értékelési terv**

érzelem napló beadás

## **Házi feladat, projektfeladat**

Érzelemnapló készítés. szófelhő készítés