**PRIPREMA ZA RADIONICU**

**ASERTIVNO PONAŠANJE**

Razred: **4.a,d,h** Vrijeme trajanja radionice: **45 minuta**

**Plan i koraci radionice:**

1. **5 min.** – UVOD

Kratke informacije o komunikaciji– s letka 1.stranica i pojasniti pojam asertivnog ponašanja- zadnja, 4.str. letka

1. **10 min.** – Proučavanje teksta i slaganje tablice

Imat ćete vježbu u trajanju od 15-ak minuta. Dobit ćete uputu na kojoj pišu koraci vježbe:

* Proučavanje teksta s različitim stilovima ponašanja, (Prilozi: 1, 1.A,1.B)
* Slaganje tablicu pomoću kartica s tvrdnjama za pojedini stil ponašanja
* Provjera točnosti složene tablice

1. **10 min.** – Vježbe asertivnog govora Ja rečenicama

Za iduću vježbu, a posebno za asertivno ponašanje potrebno je razlikovati Ti i Ja govor. Pojasnim učenicima što znači Ti govor, a što ja govor:

**Ti govor** - kada se obraćamo osobi i dajemo joj obično neke negativne osobine: Ti si idiot, glup, lijen… Nikad me ne slušaš, uvijek pričaš gluposti, ružan si, bezobrazan si…

**Ja govor –** govorimo iz svog dojma i osjećaja. Obično se služimo formulom za Ja govor: opisujemo ponašanje osobe, a ne osobu; govorimo koje osjećaje to ponašanje u nama izaziva, što je izvor problema i kako želimo da se to riješi. Bilo bi dobro osobu pitati za njeno mišljenje i zahvaliti se na razumijevanju. Npr. Umjesto da nekome kažete da je bezobrazan možete ja govorom reći:

*„To što si povišenim tonom govorio pred mojim prijateljima jako me povrijedilo jer prijatelji mogu steći dojam da me ne cijeniš i namjerno omalovažavaš. Željela bih da mi drugi puta mirnim tonom daš do znanja da se sa mnom ne slažeš ili prešuti pa ćemo to raspraviti nasamo. Hvala što si me saslušao. Bi li mogao tako postupiti ili imaš neki drugi prijedlog.“*

U početku će vam to biti previše umjetno i puno riječi, ali bolje više riječi pa de se svi osjećaju ugodno nego s malo riječi da je netko povrijeđen i da se zakomplicira odnos. Vrlo važno je naglasiti da je za asertivan govor važan mirni, umjereni ton glasa.

Molim vas riješite sad dva kratka primjera iz vježbe 2.

Učenici rješavaju 2 primjera.

1. **13 min.** Vježba 3

Pomoću formule pretvorite dvije Ti rečenice u Ja rečenice. Za to imate 10-ak min. U slučaju da ne stignete započnite jednom rečenicom (grupa 1,3,5 s prvom „Glup si“, a grupa 2,4,6 s drugom rečenicom „Lijen si“). Imate dvije mogućnosti:

*1. Umjesto što ste vi nekome rekli te Ti rečenice: Glup si, Lijen si, pokušajte to reći na asertivan način ja rečenicom pomoću formule*

*2. Vama je netko rekao te Ti rečenice pa vi asertivno odgovarate na njih.*

5. **7 min.** – ČITANJE PRIMJERA JA REČENICA, analiza i

PODJELA LETAKA (prilog 3)

Zamolim učenike da prva grupa pročita svoj primjer 1 rečenice zatim 3 i 5. Pitam ih koja im se čini najbliže asertivnoj rečenici.

Zatim zamolim grupu 2, 4 i 6 da pročitaju svoj primjer.

Komentiramo.

Za podsjetnik im dijelim letak i zahvaljujem na suradnji.

**PRIPREMA ZA RADIONICU**

**ASERTIVNO PONAŠANJE**

Suradnica: **ime i prezime, razred**

Razred: **4.a** Broj učenika: **25**

Vrijeme trajanja radionice: **45 minuta**

Datum održavanja radionice: **9.2.2017.**

**Plan i koraci radionice:**

1. **5 min.** – UVODna vježba „Poslušnost“; predstavljanje, pojašnjavanje načina rada, pravila radionice, upute za grupni rad… - pedagoginja
2. **20 min.** – Proučavanje teksta i slaganje tablice-učenik i pedagoginja (Prilozi: 1, 1.A,1.B)
3. **12 min.** – Vježbe asertivnog govora Ja rečenicama-učenik i pedagoginja (prilog 2)
4. **5 min.** – ZAKLJUČAK, PTT – Viktorija
5. **3 min.** - EVALUACIJA RADIONICE i PODJELA LETAKA (prilog 3) -učenik i pedagoginja