

A gyakorlat címe	A gyengeségeink legyőzése
A gyakorlat típusa	problémamegoldó; kommunikációs; dramatikus
Javasolt korcsoport	14-16 éves, 17-20 éves
Időigény	20-30 perc
Helyigény	tanteremben megvalósítható
Eszközigény	cédulák, írószerek
A gyakorlat részletes leírása	<p>Ráhangolásként a tanár arról beszél, hogy mindenkinek vannak gyenge pontjai, hibái. Olyanok, amelyekről tudjuk, hogy nem jók, de valami miatt mégis nehéz változtatnunk rajtuk. Hiteles, ha esetleg saját magára vonatkozóan megoszt néhány ilyesmit a diákokkal.</p> <p>A tanulók átgondolják, hogy nekik mi az a gyenge pontjuk, amin jó lenne változtatni, és leírják a problémát egy-egy kis papírra. A cédulákat összekeverik és berakják egy dobozba.</p> <p>Ezután körbe ülnek, és elképzelik, hogy egy telefonos tanácsadó szolgálat munkatársai. A problémákat tartalmazó dobozt középre teszik. Valaki húz egy cédulát, és mintha telefonba beszélne, röviden értelmezve is azt, sajátjaként ismerteti az adott problémát. Majd rámutat valakire a körben, akitől tanácsot vár a kérdésére. Az illető úgy válaszol, mintha telefonos segítséget adna, szükség esetén röviden vissza is kérdezhet. Ha ismétlődő tartalom kerül elő, a tanácsadónak meg kell próbálnia új gondolatokkal kiegészíteni a korábban már elhangzottakat.</p> <p>Mikor minden kérdés elfogyott a dobozból, egy záró körben arra reflektálnak a résztvevők, hogy kaptak-e akármilyen kis hasznos támpontot is saját személyes problémájuk megoldásához.</p>
Javasolt reflexiós kérdések, feldolgozási szempontok	<p>Kaphatunk-e megfelelő tanácsot egy olyan embertől, aki nem igazán ismer minket?</p> <p>Képes-e az ember tudatosan alakítani a saját karakterét?</p> <p>Mi mindenre kell odafigyelnünk, ha valaki másnak akarunk használható tanácsot adni?</p>
Kulcsszavak (címkék)	önismeret, önreflexió, bizalom, empátia, verbális kommunikáció
Forrás	

