

» Gdy inni na mnie naciskają II (karta pracy strona 58)

- **Cele:** uświadomienie sobie przez dzieci, że mogą sobie poradzić z naciskami grupy; zauważenie, że asertywność może być pomocna w odmawianiu np. używek.
- **Materiały:** karty pracy; pisaki.

To ćwiczenie jest kontynuacją poprzedniego i odbywa się na takich samych zasadach. Tutaj jednak dzieci próbują przypomnieć sobie sytuacje ze swojego życia, w których udało im się nie ulec presji rówieśników i nie miały z tego powodu żadnych nieprzyjemności. Wypełniają karty pracy, zastanawiając się, jakie uczucia i myśli im wtedy towarzyszyły. Następuje omówienie zadania na forum i porównanie do tego, o czym była mowa w poprzednim ćwiczeniu. Co spowodowało, że można było odmówić? Czy stosowane były zachowania asertywne? Czy mogą być pomocne w takich sytuacjach?

» Wczuj się w rolę

- **Cele:** ćwiczenie umiejętności asertywności.
- **Materiały:** karty pracy „Gdy inni na mnie naciskają I, II” (karty pracy strony 57–58).

Po przeprowadzeniu dwóch poprzednich ćwiczeń dzieci dzielą się na 3–4 grupy. W tych zespołach wybierają sobie jedną z omawianych wcześniej sytuacji. Jeden uczeń wciela się w rolę osoby, która będzie odmawiała, pozostali próbują go na coś namówić. Chętni odgrywają scenki na forum, następuje omówienie zadania.

» Oczko

- **Cele:** koncentracja; zabawa.

Grupa staje w kole i każdy stawia za sobą krzesło. Jedna chętna osoba staje w środku. Następnie wszyscy zamykają oczy, a prowadzący wyznacza jedną osobą, dotykając jej ramienia – ta osoba będzie niepostrzeżenie puszczać oczko do pozostałych. Wszyscy otwierają oczy, a wyznaczony chłopiec puszcza do kogoś oczko tak, aby osoba stojąca w środku nie wiedziała do kogo. Uczestnik, do którego zostało puszczone oczko, siada, mówiąc: „Odchodzę”. Zadaniem uczestnika stojącego w środku jest odgadnięcie, kto puszcza oczko, zanim wszyscy usiądą na krzesłach. Następnie kolejna osoba staje w środku i zabawa toczy się dalej.

» Portret grupowy

- **Cele:** odreagowanie napięć; rozwijanie wyobraźni; zabawa.
- **Materiały:** kartka papieru dla każdego; przybory do rysowania.