

OSEM ÚLOH NA CESTE ŽIVOTOM



 Učenie nás baví

CHARAKTERISTIKA ZÁŽITKOVÉHO BLOKU

Hlavný cieľ: porozumieť modelom periodizácie vývinu osobnosti, na základe zážitku vedieť identifikovať vývinové úlohy jednotlivých období.

Čiastkové ciele:

- vedieť vysvetliť princíp vývinových kríz,
- poznať príklady vývinových úloh jednotlivých vývinových období,
- formovať postoje k významným vývinovým úlohám adolescencie a mladšej dospelosti,
- zvýšiť citlivosť k vnímaniu medzigeneračných rozdielov,
- prehĺbiť sebazpoznanie a sebareflexiu študentov a študentiek.

Priblíženie obsahového zamerania: E. Erikson vytvoril periodizáciu vývinu osobnosti, podľa ktorej v každej z ôsmich vývinových fáz musí jednotlivec prejsť tzv. vývinovou krízou – napätím medzi dvoma valenciami vývinovej úlohy. Toto napätie a „vyriešenie“ konfliktu ho posúva ďalej a disponuje ho k riešeniu ďalších kríz vo vyšších vývinových štádiách. K podpore porozumenia tohto princípu používame metaforu dobrodružnej počítačovej hry (adventury), v ktorej len úspešné absolvovanie nižšej úrovne (levelu) umožní postúpiť do úrovne vyššej.

Cieľová skupina: vyššie sekundárne vzdelávanie (vek 16+), optimálna veľkosť skupiny je 15 až 20 študentov a študentiek.

Medzipredmetové vzťahy: psychológia (vývinová psychológia, Eriksonova periodizácia duševného vývinu), biológia (periodizácia vývinu), sociálno-psychologický tréning, predmety zamerané na sexuálnu výchovu a výchovu k partnerstvu a rodičovstvu (citlivosť k vnímaniu vývinových úloh dospelosti a medzigeneračných špecifík).

Prepojitelnosť v rámci prierezových tém: Osobnostný a sociálny rozvoj, Multikultúrna výchova, Výchova k manželstvu a rodičovstvu, Ochrana života a zdravia

Dĺžka trvania a časový harmonogram: 2 x 90 minút

Metódy: dialogické metódy, didaktické hry, inscenačné metódy, psychologické cvičenia

Pomôcky, ktoré si pripraví učiteľ/učiteľka:

- 2x pevná plachta alebo deka
- lano
- 2x šatka na zavieranie očí
- veľká kocka
- 2 veľké figúrky (alebo pet fľaše naplnené vodou, pieskom a pod.)
- hrací plán (prekreslený alebo zväčšený podľa prílohy)
- flipchartový papier
- fixky
- lepiaca páska
- plagát/tabuľka, do ktorej zaznamenávame postup hry

Usporiadanie miestnosti: Skupina sa rozdelí na polovicu. V triede vytvoríme priestor, aby obe skupiny sedeli oproti sebe a medzi nimi vznikol dostatočný priestor na pohyb.

Poznámky:

O vývine a vývinovej psychológii pútavo píše napr.:

Pavel Říčan: Cesta životem. Praha: Portál, 2007.

Kenneth G. West: Dobrodružství psychického vývoje. Praha: Portál, 2002.

František Koukolík: Před úsvitem, po ránu: Eseje o dětech a rodičích. Praha: Karolinum, 2008.

ZOZNAM TECHNÍK:

- Cesta životom: dobrodružná adventura (trvanie: 10 minút, 2 strany pracovných listov)
- Prvý level: „Som to, čomu dôverujem.“ (trvanie: 20 minút)
- Druhý level: „Som to, čo môžem robiť sám.“ (trvanie: 20 minút)
- Tretí level: „Som to, na čo si trúfnem.“ (trvanie: 20 minút, 2 strany pracovných listov)
- Štvrtý level: „Som to, čo dokážem.“ (trvanie: 20 minút, 2 strany pracovných listov)
- Piaty level: „Som to, čomu verím.“ (trvanie: 25 minút, 2 strany pracovných listov)
- Šiesty level: „Som to, čo milujem.“ (trvanie: 25 minút)
- Siedmy level: „Som to, čo dávam.“ (trvanie: 20 minút, 1 strana pracovných listov)
- Ôsmy level: „Som to, čo po mne zostane.“ (trvanie: 20 minút, 1 strana pracovných listov)

Časové trvanie jednotlivých aktivít je orientačné a je možné ho skrátiť či predĺžiť v rámci modifikácie aktivity, aj prispôbiť rôznym cieľovým skupinám z pohľadu ich zloženia, počtu, veku a pod.

Celý dokument má rozsah 20 strán.

Ďalšie informácie k zážitkovému bloku:

- Tieto materiály sú určené najmä pre učiteľov a učiteľky. Ich komerčné použitie a zverejňovanie na ďalších internetových stránkach bude považované za porušenie autorských práv.
- Pôvodná podoba zážitkového bloku bola publikovaná ako Sokolová, L. (2017). Osobnosť a jej rozmanitosť. In: Lemešová, M. (zost.): Psychológia zážitkom. 2. preprac. a dopl. vyd. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, 2017. [143 s.] ISBN 978-80-223-4258-2.
- Autorom fotografie na titulnom liste tohto zážitkového bloku je Aaron Burden, ktorý ju zverejnil v rámci databázy Unsplash. Ak nie je uvedené inak, fotografie použité v rámci tohto bloku pochádzajú z tejto databázy voľne dostupných fotografií.
- Jednotlivé zážitkové bloky dostupné ako e-booky z webstránky www.ucenienasbavi.sk, sú navzájom odlišené úvodnou fotografiou a farbou (v nadpisoch, pracovných listoch a orámovaniach). Slúži pre ľahšiu orientáciu medzi viacerými blokmi a má uľahčiť vyhľadávanie vo vytlačenej dokumente.
- V dokumente sú vytvorené prepojenia medzi metodickým postupom a jednotlivými pracovnými listami. Po kliknutí na názov pracovného listu v metodickom postupe aktivity sa ihneď zobrazí požadovaný pracovný list.

UKÁŽKA ZO ZÁŽITKOVÉHO BLOKU

Skupina sa rozdelí na polovicu. V triede vytvoríme priestor, aby obe skupiny sedeli oproti sebe a medzi nimi vznikol dostatočný priestor na pohyb. Každá skupina reprezentuje jedného človeka, osobnosť, ktorá prechádza jednotlivými vývinovými štádiami, rieši vývinové krízy a plní vývinové úlohy.

Na tabuľu alebo veľký hárok papiera si pripravíme tabuľku s číslami a názvami jednotlivých štádií – levelov. Po absolvovaní cvičenia a jeho reflexie do tabuľky dopíšeme, ktorú krízu sme úspešne vyriešili (podľa vzoru v prílohe [Vývinové štádiá](#)).

Úvodný kontext hry:

Život je ako dobrodružná hra - aventura, prechádzame jednotlivými úrovňami (levelmi či správnejšie vývinovými obdobiami), v ktorých plníme rôzne životné úlohy. Ak uspejeme, získame nové zručnosti, vlastnosti, kompetencie. Ak neuspejeme, prechod do ďalšej úrovne sa oddiali alebo nám budú získané zručnosti v ďalších úrovniach chýbať... Teraz si spolu zahráme jeden takýto životný príbeh. Každý zážitok, skúsenosť nás posunie do ďalšieho levelu našej hry.

CESTA ŽIVOTOM: DOBRODRUŽNÁ ADVENTURA

Cieľ: uviesť tému vývinu osobnosti, uvedomiť si význam jednotlivých udalostí „na ceste životom“.

Trvanie: 10 minút (aktivitu možno použiť aj samostatne a venovať rozboru viac času)

Veľkosť skupiny: 20

Pomôcky:

pracovný list [Cesta životom](#)

Postup:

Každému rozdáme pracovný list a vyzveme triedu, aby si do časovej osi označili svoj aktuálny vek a doplnili udalosti vo svojej minulosti, príp. aj také, ktoré očakávajú v blízkej budúcnosti, ktoré považujú za dôležité. Na záver bloku sa k ceste životom vrátíme a doplníme hranice jednotlivých vývinových štádií. Môžeme diskutovať o tom, aké udalosti sú v jednotlivých vývinových obdobiach dôležité pre ďalšie formovanie osobnosti.

Cesta životom



Označte si na časovej osi svoj aktuálny vek a doplňte udalosti zo svojej minulosti, príp. aj také, ktoré očakávajú v blízkej budúcnosti, ktoré považujete za dôležité.