

فهرست

- مقدمه ۹
- راهنمای استفاده از این کتاب ۱۱

برقراری ارتباط

۱. ویژگی‌های خاص من ۱۵
۲. علایق خاص من ۱۷
۳. ارزش‌های من ۱۸
۴. معرفی کردن خود ۲۰
۵. به خاطر سپردن اسامی ۲۱
۶. آشنا شدن با یکدیگر ۲۳
۷. آشنایی با یک فرد ۲۴
۸. ما چیزهای مشترکی با یکدیگر داریم ۲۶
۹. تعریف کردن از یکدیگر ۲۸
۱۰. پذیرش تعریف دیگران ۲۹

ارتباطات غیر کلامی

۱۱. لحن صدا ۳۳
۱۲. میزان بلندی صدا ۳۵
۱۳. برقراری تماس چشمی ۳۷
۱۴. حالات چهره ۳۹
۱۵. ژست یا حالات بدنی ۴۱
۱۶. حریم شخصی ۴۳
۱۷. نوازش کردن ۴۶
۱۸. طرز ایستادن و نشستن ۴۸
۱۹. تفسیر زبان بدن ۵۰
۲۰. تشخیص احساسات ۵۲
۲۱. ظاهر افراد ۵۳

عضوی از گروه بودن

۲۲. ملحق شدن به گروه ۵۷.
۲۳. ملاقات افراد جدید ۵۹.
۲۴. سؤال پرسیدن ۶۰.
۲۵. به اشتراک گذاری ۶۲.
۲۶. مشارکت و همکاری ۶۳.
۲۷. تبعیت از قوانین ۶۴.
۲۸. تصمیم‌گیری با یکدیگر ۶۶.
۲۹. باجنبه بودن ۶۷.
۳۰. پرورش هویت گروه ۶۸.
۳۱. پذیرش تفاوت‌ها ۶۹.
۳۲. الگوی من ۷۱.
۳۳. دوستان حقیقی ۷۲.
۳۴. آشنایی با دارودسته‌ها ۷۴.

ابراز احساسات

۳۵. شناخت احساسات ۷۸.
۳۶. بیان احساسات ۸۱.
۳۷. پیام‌های معطوف به خود ۸۲.
۳۸. همدلی ۸۵.
۳۹. احساسات متناقض ۸۷.
۴۰. خودگویی ۸۹.
۴۱. خودکنترلی ۹۱.
۴۲. مقابله با احساس خشمی که نسبت به دیگران دارید ۹۲.
۴۳. کنار آمدن با خشم شخص مقابل ۹۴.
۴۴. کنار آمدن با تغییرات ۹۷.

اهمیت قائل شدن برای خود و دیگران

۴۵. کمک گرفتن از افراد بزرگسال ۱۰۱.
۴۶. درک تأثیر رفتار خود نسبت به دیگران ۱۰۴.
۴۷. درک رفتار دیگران ۱۰۶.
۴۸. اهمیت قائل شدن برای دیگران ۱۰۷.

۴۹. ابراز علاقه به دیگران ۱۱۰
۵۰. رفتار جامعه‌پسند ۱۱۲
۵۱. مهربانی ۱۱۳
۵۲. کارت‌های مهربانی ۱۱۵
۵۳. توصیه کردن ۱۱۶
۵۴. پاسخ دادن به توصیه‌های مثبت ۱۱۷
۵۵. دوست بودن ۱۱۹
۵۶. قرض گرفتن ۱۲۱
۵۷. احترام گذاشتن به دیگران ۱۲۲
۵۸. پیشنهاد کمک کردن به دیگران ۱۲۳
۵۹. وابستگی به دیگران ۱۲۵

حل مسئله

۶۰. شناسایی رفتارهای مشکل‌آفرین ۱۲۸
۶۱. تمرکز مجدد بر نگرش خود ۱۳۰
۶۲. فکرها را روی هم گذاشتن ۱۳۲
۶۳. یافتن راه‌حل‌های جایگزین ۱۳۳
۶۴. تصمیم‌گیری در مورد انتخاب بهترین راه‌حل ۱۳۵
۶۵. درس گرفتن از اشتباهات خود ۱۳۷
۶۶. تفکر قبل از عمل ۱۳۹
۶۷. انتخاب‌های خردمندانه ۱۴۱
۶۸. پذیرش پیامدها ۱۴۳
۶۹. حل مسئله گروهی ۱۴۵

گوش دادن: یک خیابان دوطرفه

۷۰. شنیدن یا گوش دادن ۱۴۹
۷۱. نحوه گوش دادن در حین مکالمه ۱۵۰
۷۲. گوش دادن برای کسب اطلاعات ۱۵۳
۷۳. تبعیت از دستورالعمل‌ها ۱۵۴
۷۴. گوش دادن انعکاسی ۱۵۷
۷۵. گوش دادن فعال ۱۵۹
۷۶. بازخورد مثبت ۱۶۲

حق خود را گرفتن

۷۷. احساس خوب داشتن نسبت به خود ۱۶۶
۷۸. ایجاد نگرش مثبت ۱۶۷
۷۹. عنوان کردن خواسته‌های خود ۱۶۹
۸۰. تشویق کردن خود ۱۷۱
۸۱. اجتناب از دعوا ۱۷۳
۸۲. وقتی کسی زورگویی می‌کند ۱۷۴
۸۳. برخورد با اذیت کردن ۱۷۶
۸۴. تشخیص استرس ۱۷۹
۸۵. فشار گروهی ۱۸۰
۸۶. یادگیری مهارت نه گفتن ۱۸۲
۸۷. آزادسازی ایمن خشم ۱۸۴
۸۸. حقوق و مسئولیت‌ها ۱۸۷
۸۹. قاطع بودن ۱۸۹

مدیریت درگیری و تعارض

۹۰. تعارض چیست؟ ۱۹۵
۹۱. تعارض‌های شخصی من ۱۹۶
۹۲. دونفر دخیل هستند ۱۹۸
۹۳. عذرخواهی ۱۹۹
۹۴. بدانیم که چه موقع درگیری‌ها را حل و فصل کنیم ۲۰۱
۹۵. حل و فصل درگیری‌ها با آرامش ۲۰۳
۹۶. توافق کردن ۲۰۵
۹۷. راه‌حل‌های بُرد - بُرد ۲۰۷
۹۸. مذاکره ۲۰۹
۹۹. وساطت ۲۱۰
۱۰۰. مشاجره منصفانه ۲۱۲
۱۰۱. نتایج مثبت و منفی ۲۱۵

مقدمه

به نظر می‌رسد برخی کودکان از بدو تولد در برقراری روابط اجتماعی مهارت بیشتری دارند، درحالی‌که سایر کودکان چالش‌های گوناگونی در زمینه پذیرش اجتماعی دارند. بعضی از کودکان به راحتی دوست پیدا می‌کنند اما بعضی دیگر گوشه‌گیر هستند. عده‌ای بر خود کنترل دارند و برخی دیگر تندمزاج هستند. برخی به‌طور ذاتی رهبر هستند درحالی‌که بعضی دیگر کناره‌گیری می‌کنند.

به نظر می‌رسد بسیاری از جنبه‌های رشد اجتماعی، در ذات کودک نهفته است، باین وجود می‌دانیم که محیط می‌تواند نقش به‌سزایی در شکل‌گیری رشد اجتماعی کودک ایفا کند. در ۱۰ سال اخیر، روان‌شناسان دریافته‌اند که می‌توان رفتار اجتماعی را آموزش داد و باید چنین شود. مطالعات بسیاری نشان داده است که در این صورت کودکان خجالتی می‌توانند خوش‌رفتارتر شوند و بهتر معاشرت کنند. کودکان پرخاشگر می‌توانند خودکنترلی را یاد بگیرند و کودکانی که از نظر اجتماعی گوشه‌گیر هستند، می‌توانند نحوه دوست‌یابی را یاد بگیرند.

بی‌شک کودکانی که مهارت اجتماعی بهتری دارند از مزایای قابل توجهی در زندگی خود بهره می‌برند. آنها علاوه بر تجربه برخورداری از روابط مثبت، کارهای مدرسه را به نحو بهتری انجام داده، تصویر ذهنی بهتری از خود دارند و به‌طور کلی در چالش‌های اجتناب‌ناپذیر زندگی بسیار انعطاف‌پذیرتر هستند.

این کتاب برای آموزش مهارت‌های اجتماعی به بسیاری از گروه‌های مختلف کودکان طراحی شده است. به‌خصوص آنهایی که در روابط اجتماعی مشکلاتی دارند. اغلب کودکانی که به آنها برچسب زده می‌شود که در مهارت اجتماعی ضعیف هستند، ممکن است پرخاشگر، گوشه‌گیر یا خجالتی در نظر گرفته شوند. این موضوع که کودکان به‌منظور پیشروی در مراحل مورد انتظار رشد اجتماعی باید تمام مهارت‌هایی که در این کتاب عنوان شده را به‌دست آورند، مفهومی زیربنایی است. این کتاب برای استفاده گروه‌های کودکان، مانند کلاس درس و یا گروه مشاوره نوشته شده است. این فعالیت‌ها در راستای کمک به رشد اجتماعی کودکان در تمامی ابعاد تعیین شده است، چرا که کودکان با همسالان، والدین و معلمان خود ارتباط دارند.

باوجود اینکه تعدادی از فعالیت‌ها را می‌توان به صورت انفرادی در مورد کودکان اجرا کرد؛ اما باید به خاطر داشت که مهارت‌های اجتماعی را می‌توان به نحو احسن در محیط اجتماعی کسب کرد.

لازم به ذکر است که به دلیل تفاوت‌های فرهنگی، متن برخی از فعالیت‌ها تغییر یافته و بعضی از واژگان حذف شده است.

راهنمای استفاده از این کتاب

این کتاب به ۹ بخش تقسیم شده که مقوله‌های اصلی رشد اجتماعی را در بر می‌گیرد و می‌توان برای رسیدگی به مشکلات مهارت‌های اجتماعی خاص و همچنین به‌عنوان منابع برنامه‌درسی مهارت‌های اجتماعی یا بخشی از یک طرح آموزشی یا درمانی از آن استفاده کرد.

برقراری ارتباط

ارتباط مؤثر که پایه و اساس موفقیت اجتماعی است، از مهارت‌های مجزایی تشکیل شده است. فعالیت‌های این بخش به کودکان کمک می‌کند تا بدانند چه جایگاهی برای دیگران دارند و همچنین مهارت‌هایی که برای دوست‌یابی بسیار مهم است را یاد بگیرند.

روابط اجتماعی نوعی "زبان" محسوب می‌شود و کودکان با توانایی‌های متفاوتی در یادگیری این زبان به دنیا می‌آیند، درست مانند تفاوت‌هایی که در یادگیری مسائل دیگر دارند. اما بدون شک ارتباط مؤثر را می‌توان با تمرین و تشویق آموخت.

این بخش برای کمک به درک کودکان در مورد چیزهایی که آنها را منحصر به فرد می‌کند، آغاز می‌شود. کودکان با یادگیری ابراز علائق، ارزش‌ها و حتی مشکلات خود، عزت‌نفس و اعتماد به نفس را در خود افزایش می‌دهند.

گام بعدی به کودکان کمک می‌کند مهارت‌هایی که در ایجاد ارتباط اولیه با کودکان دیگر دخیل هستند را یاد بگیرد. آنها باید بدانند چگونه خود را معرفی کنند، چگونه مکالمه خصوصی را با کودکی دیگر شروع کنند و سپس یاد بگیرند که چگونه مکالمه‌ای را در گروه حفظ کنند. بسیاری از کودکانی که دچار مشکلات مهارت‌های ارتباطی هستند، فنون نادرستی را برای تعامل با دیگران انتخاب می‌کنند. آنها ممکن است لاف بزنند و سعی کنند توجه دیگران را به خود جلب کنند، این روش اغلب می‌تواند منجر به طرد شدن آنها از گروه شود. سایر کودکان ممکن است عقب‌نشینی کرده و فقط گروه را تماشا کنند که این موضوع در نهایت ممکن است منجر به نادیده گرفته شدن آنها شود.

اینکه کودکان را به دلیل رفتار نادرست‌شان مورد انتقاد قرار دهیم، روش خوبی نیست. انتقاد ممکن است منجر به خودآگاهی و حتی رنجش شود. روش بهتر این است که مهارت‌های جدیدی را به کودکان آموزش دهیم و بگذاریم مزیت موفقیت‌های اجتماعی جدید را تجربه کنند. مهارت‌هایی که کودکان در این بخش می‌آموزند به

برقراری ارتباط

روابط آنها با بزرگترها و همچنین سایر کودکان کمک می‌کند. هر قدر والدین و معلمان الگوهای بهتری در زمینه روابط درست برای کودکان باشند و آنها را بیشتر تشویق کنند، آنها این مهارت‌ها را زودتر می‌آموزند.

هدف یادگیری: کسب اطلاعات بیشتر درباره هر یک از اعضای گروه؛ تأیید این موضوع که اگرچه انسان‌ها علائق متفاوتی دارند اما از بسیاری جهات شبیه یکدیگر هستند.

مهارت: روابط اجتماعی، آگاهی اجتماعی
از کودکان بخواهید به سایر اعضای گروه نگاه کنند و تفاوت‌ها و شباهت‌های آنها را ملاحظه کنند.

به کودکان بگویید:

اکثر گروه‌ها چیزهای مشترکی دارند. به‌عنوان مثال، در این کلاس همه شما تقریباً در یک سن و سال هستید و همگی در حال یادگیری چیزهایی هستید که کودکان دیگر نیز که هم‌سن شما هستند، می‌آموزند. اعضای یک تیم ورزشی به یک ورزش خاص علاقه‌مند هستند، در یک انجمن کامپیوتر، تمامی اعضا به کامپیوتر علاقه دارند. درعین حال هر یک از افراد این گروه‌ها دارای علائق و ویژگی‌های خاص خود هستند. بنابراین هر یک از ما علیرغم اینکه ویژگی‌های مشترکی با افراد گروه داریم اما به‌طورکامل منحصر به فرد هستیم.

کاغذ و لوازم التحریر را توزیع کنید. از کودکان بخواهید چند جمله در مورد چیز خاص یا منحصر به فردی که در خودشان سراغ دارند، بنویسند. مانند نوعی استعداد، سرگرمی مورد علاقه و یا تجربه خاصی که در گذشته داشته‌اند. از آنها بخواهید که پایین برگه، دو یا سه ویژگی فیزیکی خود را بنویسند (مانند موی بلند، چشم‌های قهوه‌ای و...). تا دیگران راحت‌تر حدس بزنند که برگه چه کسی را می‌خوانند.

برگه‌ها را درون سبد یا جعبه کفش قرار دهید و از کودکان بخواهید به نوبت یک کاغذ را انتخاب کرده و با صدای بلند آن را بخوانند. همان‌طور که برگه‌ها خوانده می‌شود، دیگران سعی می‌کنند حدس بزنند برگه متعلق به چه کسی است. وقتی یک نفر به درستی حدس زد، آن "شخص خاص" بیشتر در مورد آنچه نوشته توضیح می‌دهد.

به دیگر اعضا نیز فرصت داده می‌شود تا با توجه به آنچه این "شخص خاص" عنوان کرده، از تجارب و علایق مرتبط با خودشان مطالبی به این مکالمه اضافه کنند. فردی که درست حدس بزند، برگه بعدی را انتخاب می‌کند و این کار تا وقتی که تمام برگه‌ها به اشتراک گذاشته شود، ادامه پیدا می‌کند.

هدف یادگیری: امکان آشنایی با تجربیات و اولویت‌های منحصربه‌فرد هر یک از افراد گروه داده شود.

مهارت: خودآگاهی، آگاهی نسبت به تفاوت‌ها

به کودکان بگویید:

همهٔ افراد اولویت‌ها و علائق منحصربه‌فرد خود را دارند. برخی افراد با فهمیدن علائق دیگران، متوجه می‌شوند که علائق مشترکی با آنها دارند. آگاهی از این شباهت‌ها می‌تواند به افراد کمک کند که با یکدیگر صحبت کنند و حتی موجب ایجاد رابطهٔ دوستی شود.

روی تخته سیاه یا کاغذ بزرگ، لیست زیر را یادداشت کنید:

فعالیت‌ها	ورزش	تفریحات
درس‌های مدرسه	غذا	موسیقی
مکان	رنگ	کارهای سرگرم‌کننده

جای کافی بین هر یک از موارد لیست بالا قرار دهید تا افراد بتوانند در آن قسمت، اسامی و علائق خود را بنویسند.

ورزش: تفریحات:

بسکتبال - آراین جمع‌آوری سکه - سامان

هر یک از کودکان به‌نوبت یک چیز مورد علاقهٔ خود را در هر یک از زمینه‌ها به لیست اضافه می‌کنند. اگر زمان محدود است از آنها بخواهید فقط سه یا چهار زمینه از لیست را انتخاب کنند. زیر هر عنوان، نام فرد و علاقهٔ او را یادداشت کنید. در نهایت بعضی از کودکان علائق مشترکی دارند که باید با هم در یک لیست قرار بگیرند (به‌عنوان مثال: بسکتبال: آراین، رامین، سامان و...).

اگر زمان کافی در اختیار داشتید، گروه‌های کوچکی از افرادی که علائق مشابهی دارند تشکیل دهید و از آنها بخواهید تا حدود پنج دقیقه تجارب خود را باهم در میان بگذارند.

هدف یادگیری: شناسایی ارزش‌های شخصی و دلیل اهمیت آن برای فرد؛ سایر اعضای گروه امکان شناخت یکدیگر را پیدا کنند.

مهارت: خودآگاهی، آگاهی نسبت به تفاوت‌ها

از کودکان بخواهید که تعریفی از "ارزش‌ها" ارائه دهند. به پاسخ‌هایشان آنها گوش دهید و آنها را روی تخته سیاه یا برگه بزرگ یادداشت کنید. وقتی همه این کار را انجام دادند،

به آنها بگویید:

ارزش به معنی باور شخصی و یا این احساس است که چیزی در زندگی شما، مهم و یا ارزشمند است. ارزش می‌تواند کاری باشد که شما خیلی دوست دارید آن را انجام دهید و یا شیوه‌ای که برای زندگی خود انتخاب کرده‌اید؛ ارزش حتی می‌تواند به منزله نظر و عقیده باشد. هر فردی ارزش‌های خاص خود را دارد. هیچ‌یک از ارزش‌ها درست یا غلط نیستند. ارزش‌ها، به نحوه رفتار کردن و تصمیم‌گیری‌های شما جهت می‌بخشد، حتی بدون اینکه به این مسئله فکر کنید.

با استفاده از برگه فعالیت شماره ۳ مثال‌هایی درباره ارزش‌های مختلف مطرح کنید و از کودکان بخواهید که درباره ارزش‌های شخصی خود فکر کنند. سپس برگه‌های فعالیت را توزیع کنید.

وقتی برگه فعالیت را پرکردند، از چند کودک بخواهید تا یکی از مهم‌ترین ارزش‌های خود را انتخاب کرده و بگویند که چرا احساس می‌کنند این مسئله برای آنها اهمیت دارد.

نام تاریخ

در لیست زیر، دور ۳ ارزشی که برای شما بسیار مهم است خط بکشید. می‌توانید ارزش‌های خاص خود را زیر این لیست هم یادداشت کنید، اما در این صورت هم ۳ مورد را از لیست انتخاب کنید.



داشتن دوستان خوب



داشتن نمره‌های خوب



کمک کردن به دیگران



خلاق بودن



صداقت



خوش گذراندن



ثروتمند بودن



مشهور بودن



ورزشکار خوبی بودن



وقت گذرانی در کنار خانواده



محبوب بودن



آزادی

مهم‌ترین ارزش برای شما کدام است؟.....

.....

چرا این ارزش آن‌قدر برای شما با اهمیت است؟.....

.....

فکر می‌کنید از نظر والدین‌تان مهم‌ترین ارزش کدام است؟.....

.....

فکر می‌کنید از نظر صمیمی‌ترین دوست‌تان مهم‌ترین ارزش کدام است؟.....

.....

هدف یادگیری: آموزش شیوه مناسبی که کودکان بتوانند به وسیله آن خود را معرفی کنند.

مهارت: دوست یابی

به کودکان بگویید:

به طور معمول افراد برای معرفی کردن خود مراحل خاصی را طی می کنند. در اولین جلسه دیدار، به رسم ادب نام خود را به یکدیگر می گویند. سعی می کنند دوستانه به نظر برسند و خود را علاقه مند به شخصی که ملاقات کرده اند، نشان دهند. افراد بزرگسال اغلب با یکدیگر دست می دهند. برداشت اولیه، باعث ایجاد احساسات متفاوتی در دیگران می شود. بنابراین هنگامی که یک فرد جدید را ملاقات می کنید:

- از جای خود بلند شوید.
- به چشمان فرد مقابل نگاه کنید.
- لبخند بزنید.
- بگویید سلام من هستم.

دو کودک را انتخاب کنید تا ایفای نقش کنند و خود را به یکدیگر معرفی کنند. سپس از هر یک بخواهید یک نفر دیگر را انتخاب کرده و آن شخص را به دیگری معرفی کند. این بازی را تا زمانی ادامه دهید که تمام افراد گروه معرفی شده باشند.

هدف یادگیری: یاد دادن اسم سایر اعضای گروه به کودکان

مهارت: دوست‌یابی

برای کودکان توضیح دهید:

اولین گام برای شناخت، دانستن نام یکدیگر است. وقتی افراد را با اسم‌شان صدا می‌زنید نشان می‌دهد که به آنها علاقه دارید.

کودکان به شکل دایره بنشینند، به گونه‌ای که صورت همه قابل مشاهده باشد. یک نفر را انتخاب کنید تا اسم کوچک خود را بگوید. سپس فردی که در کنار او نشسته خودش را معرفی می‌کند و این کار تا آخرین نفر ادامه دارد. اولین نفری که خود را معرفی کرده بود نام دوست سمت راستش را می‌گوید و به همین ترتیب این کار ادامه پیدا می‌کند. یک نسخه از برگه فعالیت شماره ۵ تهیه کنید. برگه را به اولین کودک بدهید تا اسم خود را به صورت عمودی یا افقی روی آن یادداشت کند. برگه را در گروه دست به دست کنید تا همه اسم خود را روی آن بنویسند.

پس از پایان این کار، از یکی از کودکان بخواهید اسم‌ها را بخواند. اسم هر فردی که خوانده شد، آن فرد باید دست خود را بالا برده و بگوید: من هستم.

هدف یادگیری: امکان آشنایی اعضای گروه با بنیان روابط و همچنین آشنا شدن آنها با یکدیگر.

مهارت: دوست یابی

به کودکان بگویید:

کنار آمدن با افراد مختلف از اهمیت برخوردار است. یکی از اولین گام‌های این فرایند آشنا شدن با یک فرد در یک برحهٔ زمانی است. هر اطلاعات کمی که دربارهٔ کسی به دست می‌آوردید در برقراری رابطه با او به شما کمک خواهد کرد.

کودکان به صورت دایره با راهنمای خود می‌نشینند. راهنما رو به نفر سمت راستی خود می‌کند، با او دست می‌دهد و یک چیز شخصی و یا غیر شخصی دربارهٔ خود می‌گوید. به عنوان مثال می‌گوید "اسم من سارا است و در ساختمان کاج زندگی می‌کنم". یک نفر از اعضا (یا راهنما) برای یادداشت برداری انتخاب می‌شود و اطلاعاتی که شخص عنوان می‌کند را بدون ذکر نام او یادداشت می‌کند.

شخصی که راهنما با او سلام و احوال‌پرسی کرده با نفر سمت راستی دست می‌دهد، اسم خود را می‌گوید و دوباره چیزی دربارهٔ خود می‌گوید. به عنوان مثال "من مینا هستم و شکلات دوست دارم". هر کس به نوبت همین کار را انجام دهد.

وقتی همه خود را معرفی کردند، کودکان به ترتیب افراد را به طور تصادفی انتخاب کرده و اسامی آنها و همچنین اطلاعاتی که در مورد خود اعلام کرده‌اند را بازگو می‌کنند. به طور مثال سارینا با مینا تماس چشمی برقرار می‌کند و می‌گوید "اسم تو مینا است و شکلات دوست داری". سپس مینا فرد دیگری که تا الآن انتخاب نشده را انتخاب می‌کند و آنچه آن فرد در مورد خود گفته را بازگو می‌کند.

آن شخصی که اطلاعات را یادداشت می‌کرد، برگه را به دیوار یا تابلو اعلانات بزند. روز بعد کودکان فرصت دارند فکر کنند هر یک از اطلاعات مربوط به چه کسی بوده است. به طور مثال یک کودک این نوشته را می‌خواند که "من شکلات دوست دارم" و می‌گوید "او مینا است. او شکلات دوست دارد، من هم همین طور".

هدف یادگیری: در یک مقطع زمانی خاص، تا حد امکان شناخت بیشتری نسبت به یک فرد پیدا کنیم.

مهارت: دوست یابی

برای کودکان توضیح دهید:

شناخت افراد زمان می برد. تمرکز بر فردی در یک مقطع زمانی، راه خوبی برای شناخت افراد است. حتی اگر فکر کنید که می توان از روی طرز لباس پوشیدن، حرف زدن و یا رفتار چیزی درباره دیگران فهمید، اما این موارد برای شناخت واقعی یک فرد کافی نیست.

برگه فعالیت شماره ۷ را توزیع کنید. گروه را به صورت دوه دو تقسیم کرده و از آنها بخواهید تا هر فرد چیزهایی را که فکر می کند درباره طرف مقابل می داند بنویسد. وقتی همه این کار را انجام دادند، برگه خود را به طرف مقابل بدهند. شخص به طرف مقابل خود می گوید کدام یک از ویژگی های نوشته شده درباره او صحیح است و کدام صحیح نیست. سپس تا حد امکان یا تا جایی که می خواهد، ویژگی های خود را برای فرد مقابل عنوان می کند. طرف مقابل نیز همین کار را انجام می دهد.