



TÁMOP-5.3.1-08/2-2009-0037 „Munkába lépés”

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: **00015-2009**

Programakkreditációs lajstromszám: **PL-3979**

Intézményakkreditációs lajstromszám: **AL-2222**

4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület

Kommunikációs és csoportépítő tréning Módszertani kézikönyv

**TÁMOP 5.3.1-08/2-2009-0037
„Munkába lépés”**

2010.



TÁMOP-5.3.1-08/2-2009-0037 „Munkába lépés”

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: **00015-2009**

Programakkreditációs lajstromszám: **PL-3979**

Intézményakkreditációs lajstromszám: **AL-2222**

4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

A foglalkozás módszere

A tananyag célja, hogy gyakorlati ismeretekkel segítse azokat az ügyfeleket, akik közismereti tárgyak felzárkóztatása elnevezésű képzésen vesznek részt, illetve a későbbiekben szeretnének felnőttképzés keretében szakmát vagy érettségit szerezni.

A kommunikációs és csoportépítő tréning célja a csoporttagok beilleszkedésének megkönnyítése a csoportba és az új környezetbe, egymás megismerésének elősegítése, a csoportfolyamatok beindítása. A tréning során hangsúlyos a jövőbeni együttműködés megalapozása, az asszertív viselkedési formák megismerése, a kommunikációs és konfliktus-megoldási technikák gyakorlása. Cél az önismeret, a megfelelő önértékelés képességének elsajátítása, az önbizalom erősítése. További cél a munkanélküliségből adódó feszültségek feldolgozása, a csoport képességeinek felmérése.

A tananyag hat témakört ölel fel, melyeket többféleképpen lehet feldolgozni, a rendelkezésre álló idő, az érdeklődés és az előzetes tudásszint figyelembevételével. Ajánlott a három napos, napi 6 órát kitöltő, tréning módszerrel történő feldolgozás.

A napi kezdés előtt érdemes kisebb ráhangoló feladatokkal kezdeni, (pl. Milyen virág lennék?), valamint zárásként minden csoporttag elmondhatja, mi tetszett aznap a legjobban, mi volt újdonság stb.

A foglalkozások eredményességét növeli, ha a tréning a projekt legelején, az első napokban zajlik.

A foglalkozások kiscsoportos jellegűek (12-15 fő), építenek a résztvevők önkéntességére, előzetes ismereteire, az egymástól való tanulásra, valamint az aktív részvételre.

A foglalkozásvezetőnek ügyelnie kell arra, hogy verbálisan és nonverbálisan pozitív megerősítést nyújtson, mindenkire egyénre szabott figyelem jusson, a vélemények meghallgatásra találjanak, nyílt, elfogadó bizalmi légkör alakuljon ki. Fontos tudatosítani a résztvevőkben, hogy itt nincs jó vagy rossz válasz, nincs értékelés. Az ilyen csoporthelyzet növeli a résztvevők önbizalmát, önismeretét, fejleszti a kulcsképeiket, a konkrét ismeretek birtokában céltudatosá, bátrabbá válnak.

A csoportvezetőtől nagyfokú koncentrációt igényel a foglalkozások vezetése, mert a pozitív légkör megteremtésén és megtartásán kívül figyelnie kell az elhangzott információk megjegyzésére, valamint a feladatok végrehajtására, és arra is, hogy minden csoporttag elmondhassa saját véleményét. Az álláskeresőkkal végzett gyakorlatban nem ritka ezért a kettős csoportvezetés.

A rövid instrukciójú, értelmező elméleti ismertető után az ügyfeleknek lehetősége nyílik a gyakorlatokon keresztül elsajátítani a különböző technikákat. Az egyes feladatokat úgy érdemes végrehajtani, hogy minden információt csomagolópapírra vagy flip-chart papírra írunk. Miután egy feladat lezárul, a papír felkerül a falra, hogy bármikor vissza lehessen rá utalni. Amennyiben lehetséges, ezeket a papírokat a foglalkozás végéig fent kell tartani.

A foglalkozásokhoz lehetőleg olyan termet kell választani, amelyben körbeülhető asztalnál kényelmesen elfér a csoport, a teremben található tábla, filctollak, csomagoló papír, papírok és tollak.



TÁMOP-5.3.1-08/2-2009-0037 „Munkába lépés”

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: **00015-2009**

Programakkreditációs lajstromszám: **PL-3979**

Intézményakkreditációs lajstromszám: **AL-2222**

4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

A témakörök a következők:

- írásbeli kommunikáció
- szóbeli kommunikáció
- nonverbális kommunikáció
- szövegek interpretációja
- együttműködés
- vezetés, alkalmazkodás



TÁMOP-5.3.1-08/2-2009-0037 „Munkába lépés”

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: **00015-2009**

Programakkreditációs lajstromszám: **PL-3979**

Intézményakkreditációs lajstromszám: **AL-2222**

4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

Napok	Tananyag	Felhasznált módszerek
1. nap		
1.1.	Bemutakozás, a tréning célja csoportszabályok	Gyűjtés
1.2.	Hát Te ki vagy?	Névtanulás
1.3.	Bemutakozás	Pármunka
1.4.	Elvárások és félelmek a tréninggel kapcsolatban	Gyűjtés
1.5.	Japán foci	Mozgásos feladat
1.6.	Négyzetrajzolás	Egy- és kétirányú szóbeli kommunikáció
1.7.	10 tevékenység, amit szeretek csinálni	Gyűjtés
1.8.	Ház-fa-kutya	Páros gyakorlat, vezetők és vezetettek.
2. nap		
2.1.	Nyitókör	Jégtörő
2.2.	Erősségeim	Mondatbefejezés, írásbeli kommunikáció
2.3.	Sivatagi túlélés	Csoportos gyakorlat, érvelés, asszertivitás
2.4.	Tojás üzlet	Páros feladat, értő olvasás, figyelem
2.5.	Toronyépítés	Kiscsoportos feladat, együttműködés, alkalmazkodás
3. nap		
3.1.	Nyitókör	Jégtörő
3.2.	Személyes kockázatok	Önismeret, személyközi kapcsolatok
3.3.	Kacat vadászat	Kiscsoportos munka, együttműködés, kreativitás
3.4.	4 állítás, 1 hamis	Csoportos feladat. Csoportkohézió
3.5.	Szállodai vendégek	Páros gyakorlat. Nonverbális kommunikáció
3.6.	Csomóbogozás	Csoportos gyakorlat. Csoportkohézió, együttműködés
3.7.	Egyéni, páros és csoportrajz	Csoportos gyakorlat. Csoportkohézió, együttműködés
3.8.	Zárás	A tréning tanulságainak megbeszélése, visszajelzés egymásnak személyenként.



TÁMOP-5.3.1-08/2-2009-0037 „Munkába lépés”

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: **00015-2009**

Programakkreditációs lajstromszám: **PL-3979**

Intézményakkreditációs lajstromszám: **AL-2222**

4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

A tréning menete

1. nap

1.1. Bemutatkozás, a tréning célja, csoportszabályok

A csoportvezető bemutatkozik, röviden bemutatja az intézményt.

A tréning célja a résztvevők beilleszkedésének megkönnyítése a csoportba és az új környezetbe, egymás megismerésének elősegítése. A munkanélküliségből adódó feszültségek feldolgozása, a jövőbeni együttműködés megalapozása. Kommunikációs és konfliktus-megoldási technikák gyakorlása, a csoport képességeinek felmérése, önismeret, megfelelő önértékelés képességének elsajátítása. A tagok önbizalmának erősítése, valamint a csoportfolyamatok beindítása.

A csoportszabályok megalkotása fontos, hiszen ez nem tanóra, az együttműködés szabályait közösen írjuk fel a papírra, melyet, ha mindenki elfogad, kezdődhet a munka. A következő szabályokban célszerű megállapodni: időbeosztás (a foglalkozás időbeosztása, szünetek), dohányzás, evés-ivás, mobiltelefon használata, egymás meghallgatása, segítése, aktív részvétel, titoktartás. (Ez nem azt jelenti, hogy nem szabad a résztvevőknek elmondaniuk, miről beszélgettünk, mit tanultunk ebben a körben, csupán annyit kérünk tőlük, hogy olyasmit ne vigyenek a csoporton kívülre, amely valakit személyesen érint. Ez a csoport nem megy bele komoly pszichés mélységekbe, néha azonban előfordul, hogy a résztvevők olyan dolgot is elmondanak magukról, amelyet csoporton kívül nem biztos, hogy megtennének.)

1.2. Hát Te ki vagy?

A csoport első tagja elmondja azt a nevét, ahogyan szeretné, hogy a csoport tagjai szólítsák. A mellette ülőtől megkérdezi, hogy „Hát Te ki vagy?” Erre a mellette ülő is elmondja a nevét, majd elismétli az első tag nevét, a sajátját és a mellette ülőtől megkérdezi, hogy „Hát Te ki vagy?” Ő már a sajátja után az első, a második és a saját nevét is mondja, majd a mellette ülőt kérdezi és így tovább. Az utolsó csoporttag az egész csoport keresztnévét elmondja.

1.3. Bemutatkozás

A csoporttagok választanak maguknak egy párt, lehetőleg olyat, akit még nem ismernek. A párok bemutatkoznak egymásnak 3-3 percben, majd hangosan a csoport előtt bemutatják a másikat. Lehet kérdezni és kiegészíteni is az elhangzottakat. Kérdés: Mi az, amit első körben elmondanál magadról (család, iskola, munkatapasztalat)?

1.4. Elvárások és félelmek a tréninggel kapcsolatban

A csoporttagok két papírcédulát kapnak. Az egyikre ráírják azokat a félelmeiket, amelyektől tartanak, a másikkra az elvárásaikat a tréninggel kapcsolatban. Ezután a résztvevők egyenként felolvassák a félelmeiket és az elvárásaikat. Az elhangzottak két csomagolópapírra kerülnek, majd a félelmeiket a csoport egyenként megbeszéli.



TÁMOP-5.3.1-08/2-2009-0037 „Munkába lépés”

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: **00015-2009**

Programakkreditációs lajstromszám: **PL-3979**

Intézményakkreditációs lajstromszám: **AL-2222**

4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

1.5. Japán foci

A feladat energizáló, jégtörő jellegű. A résztvevők körben állnak, terpeszállásban, a lábaik összeérnek a szomszédai lábával és előre hajolnak. A csoportvezető egy gumilabdát gurít be a körbe. A feladat az, hogy a résztvevők a kezükkel a földön terelve a labdát, átgurítsák azt valamelyik körben álló lábai között. A közvetlen szomszédok lábai között nem szabad átgurítani a labdát. A játék 5 pontig tart, gólnak számít a lábak közötti sikeres átgurítás. A balesetek elkerülése miatt ügyelni kell arra, hogy a labda folyamatosan a földön maradjon, és ne pattanjon fel.

1.6. Négyzetrajzolás

Egy önként jelentkező csoporttag a Delfi örökösei című könyv 227 oldalán, valamint az 1. számú mellékletben található ábrát kapja a kezébe. Az első, hét darab négyzetet tartalmazó ábráról kell beszélnie a csoportnak, úgy, hogy a csoportnak háttal áll, és minden információt csak egyszer mondhat el, a csoport pedig nem kérdezhet vissza. A második ábrát már úgy ismerteti a csoportnak, hogy szemben áll velük, és a résztvevők szabadon visszakérdezhetnek, akár többször is elismételheti ugyanazokat az információkat. A csoport tagjainak az a feladata, hogy minél pontosabban próbálják visszaadni a rajzokkal a hallottakat.

Amikor elkészült mindkét ábra, a csoporttagok számolják meg, hogy hány helyesen rajzolt négyzetük van. A csoport beszélje meg, miért sikerült jobban a második rajz. Tanulság, hogy minél több információ áll rendelkezésre, annál pontosabb a feladat elvégzése. Fontos, hogy kérdezzenek a pontos feladat végrehajtás érdekében.

1.7. 10 tevékenység, amit szeretek csinálni

A résztvevők felírják egy lapra fontossági sorrendben azokat a tevékenységeket, amelyeket szívesen csinálnak szabadidejükben. Az első hármat felolvassák, és elmesélik a csoportnak a tartalmát.

1.8. Ház – fa - kutya

A pároknak közösen van egy tolla és egy papírja. A feladat, hogy a párok közösen rajzoljanak egy házat, egy fát és egy kutyát, de sem a feladat indulása előtt, sem közben nem beszélhetnek. A párok mutassák meg a rajzukat a többieknek és mondják el, hogy érezték magukat a feladat végrehajtás közben. Ki fogta alul a ceruzát (vezető), általában is jellemző-e, hogy ezt a szerepet vállalja? Hogy érezte magát a másik fél? Meg vannak-e elégedve a rajzzal?



TÁMOP-5.3.1-08/2-2009-0037 „Munkába lépés”

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: **00015-2009**

Programakkreditációs lajstromszám: **PL-3979**

Intézményakkreditációs lajstromszám: **AL-2222**

4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

2. nap

2.1. Nyitókör

A 2. számú mellékletből minden csoporttag kap egy példányt. Mindenki kiválasztja azt az emotikont, amelyik aznap a legjobban illik rá. Választását indokolja.

2.2. Erősségeim

A résztvevők egyéni munkában, írásban befejezik a 3. számú mellékletében megkezdett mondatokat a felelősségvállalás, együttműködési készség, kapcsolatteremtési készség, beszédkészség, problémamegoldás témakörében. Ezután ismertetik a csoporttal, hogy mit írtak, indokolják válaszukat

2.3. Sivatagi túlélés

A 4. számú mellékletből minden csoporttag kap egyet. Olvasás, értelmezés után a csoport tagjai először egyénileg jelölik meg 1-15-ig fontosságuk szerint, hogy melyik tárgyat hányadszorra vinnék ki a repülőből. Azután két kiscsoportban beszéljék meg a sorrendet, majd jegyezzék fel a mellékletbe. A csoportok válasszanak szóvivőt, majd már csak ők állítják fel a csoport közös sorrendjét. A résztvevők figyeljék meg a szóvivők viselkedését, érdekérvényesítő képességét. A csoport beszélje meg a konszenzus és a kompromisszum fogalmát a gyakorlat példáin keresztül.

2.4. Tojás üzlet

A csoport tagjai párokat alakítanak. Az 5. számú mellékletből mindkét fél kap egy-egy lapot, majd a különböző szerepek szerint kell viselkedniük. A szerep szerint cél, hogy minél több tojást szerezzenek, de ha odafigyel a pár a szövegre, rájönnek, hogy szükségtelen a versengés.

2.5. Toronyépítés

A csoportot két-három 4-5 fős kiscsoportra osztjuk, a csoportok vezetőt választanak. A csoportok lehetőség szerint különböző helyiségekben legyenek. Mindegyik csoport kap egy-egy ollót, celluxot, egy csomag hurkapálcát, kb. 30 db A/4 méretű papírt, egy méter spárgát, egy pingponglabdát, egy csomag filctollat. A feladat az, hogy 60 perc alatt készítsen a csoport egy tornyot, melynek jellemzői, hogy legalább egy méter magas, képes megállni a saját lábán legalább egy percig, legyen rajta zászló és kapjon nevet. A két csoport elkezd dolgozni, majd kb. 15 perc múlva (amikor a terv már elkészült és a csoportok elkezdik a kivitelezést, a tréningvezető körbejárja a csoportokat, és mindegyiknek elmondja, hogy a másik csoport nem boldogul a feladat végrehajtásával, így kicseréli a vezetőt a másik csoport vezetőjével. Kb. 15 perc elteltével a csoportvezető ismét bemegy egyenként a csoportokhoz, és elmondja, hogy a megrendelő lecsökkentette a határidőt és már csak 10 perc van hátra a munkából.

Amint letelt a határidő, a csoportvezetők bemutatják a tornyukat a nagy csoportnak. Ezután a csoport megbeszéli, milyen érzés volt átélni azt a két szituációt, amikor a csoport vezetőjének el kellett hagynia a csoportot, illetve új vezető érkezett, és azt, amikor lecsökkent a feladatra rendelkezésre álló idő. Elmondják azt is, hogy a két frusztráció közül melyiket élték meg nehezebben és miért? Hogy érezték magukat a feladat végrehajtása során, mi volt a munkamegosztás, hogyan alkalmazkodott a csoport a megváltozott helyzethez?



TÁMOP-5.3.1-08/2-2009-0037 „Munkába lépés”

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: **00015-2009**

Programakkreditációs lajstromszám: **PL-3979**

Intézményakkreditációs lajstromszám: **AL-2222**

4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

3. nap

3.1. Nyitókör

Kb. 20, különböző témájú képet kiteszünk a földre vagy egy asztalra, amit beállítottunk a kör közepére. Lehetőleg ne takarják egymást a képek, jól látható legyen mindegyik. Arra kérjük a résztvevőket, hogy nézzék meg mindegyiket alaposan. Ha már megnézték, válasszanak ki egyet, ami a leginkább „megszólította” őket, vagy leginkább „gondolatébresztő” volt számukra. De ne vegyék még kézbe a kiválasztott képet, csak jegyezzék meg, hogy melyikre esett a választásuk. Amikor már mindenkinek megvan a számára fontos kép, akkor leülünk. Egyvalaki a kezébe veszi az általa választott képet, megmutatja a többieknek, és egyes szám első személyben mondja: „Ez a kép azért fontos nekem, mert ...”, vagyis elmond valamit magáról a csoportnak a kép kapcsán. Ha meghallgattuk, visszateszi a képet, mert lehet, hogy másvalaki ugyanazt választotta, de neki valószínűleg más miatt lesz fontos ugyanaz a kép.

3.2. Személyes kockázatok

A Delfi örökösei 326. oldalán illetve a 6. számú mellékletben leírt Személyes kockázatok kérdőívet a csoport tagjai személyenként töltsék ki. A kérdőív a csoportban való viselkedéssel kapcsolatos. A kitöltés után a csoport tagjai beszéljék meg azokat az állításokat, amelyeket különösen nagy kockázatot jelentő viselkedésként jelöltek. Mi az oka annak, hogy egyiküknek egyfajta viselkedés kockázatos, míg másoknak nem az?

3.3. Kacat vadászat

A csoport két kiscsoportra oszlik, majd egy-egy önként jelentkező egy flip-chart lapra egymás alá felírja az ABC betűit. Az a feladat, hogy 5 perc alatt minél több olyan tárgyat találjanak a csoportok a teremben, amelynek a kezdőbetűje az ABC valamelyik betűjével megegyezik. A két csoport tagjai a teremben található tárgyakat beírják az ABC betűi mellé. Egy betűhöz csak egy tárgy kapcsolható. Csak az a tárgy érvényes, ami a lapon elhelyezhető, tehát pl. az ajtó nem. Az a csoport győz, amelyik a legtöbb tárgyat tudta a lapra felírni és bemutatni.

3.4. 4 állítás, 1 hamis

Minden csoporttag írjon magáról egy kis papírra három igaz és egy hamis állítást. A csoportvezető szedje össze a papírokat és olvassa fel az állításokat személyenként. A csoportnak először ki kell találnia, hogy ki írta az állításokat. Ha ez kiderült, azt is ki kell találni, melyik a hamis állítás.

3.5. Szállodai vendégek

A csoporttagok párokat alakítanak. A 7. számú mellékletből a pár egyik tagja kihúz egy szituációt, ő lesz a vendég, a másik pedig a szálloda portása. A vendég nem beszél a portás nyelvén, ezért el kell mutogatnia az írásban kapott szituációt.



TÁMOP-5.3.1-08/2-2009-0037 „Munkába lépés”

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: **00015-2009**

Programakkreditációs lajstromszám: **PL-3979**

Intézményakkreditációs lajstromszám: **AL-2222**

4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

3.6. Csomóbogozás

Két önként jelentkező kimegy a teremből, a többiek körben állnak. Becsukják a szemüket és előre nyújtják mindkét kezüket, majd mindkét kezükkel keresnek egy-egy kezet. A bejövő két főnek az a feladata, hogy kibogozza a csomót. Az a szabály, hogy a kezeket nem lehet elengedni; bújni, átmászni viszont nagyon is.

3.7. Egyéni, páros és csoportrajz

A résztvevők először egyéni rajzot készítenek, amely kifejezi őket. Rajzukat bemutatják a csoportnak, majd a rajzokon látható valamilyen közös motívum alapján megkeresik a párjukat. Ezután közösen, párban elkészítik a rajzukat. Majd egy közös rajz készül az egész csoport részvételével, melynek témája a csoport, melyben benne van mindenki egyénisége. (csoportfénykép)

3.8. Zárás

Az utolsó foglalkozás végén a csoport vezetője összefoglalja a foglalkozásokon elhangzott főbb témaköröket, még egyszer hangsúlyozza a legfontosabb megjegyzendő ismereteket. Minden foglalkozást azzal zárunk, hogy van-e a résztvevők közül bárkinek kérdése, észrevétele a megbeszéltekkel kapcsolatban, de az utolsó alkalommal még adjunk lehetőséget a csoport tagjainak, hogy rákérdezzenek arra, amit nem sikerült megérteniük, vagy elmondják észrevételeiket.

A tréning/foglalkozássorozat zárásaként törekedjünk arra, hogy mindenki megszólaljon. A résztvevők fogalmazzák meg, melyek voltak a legfontosabb ismeretek számukra, mi az, amit leginkább hasznosnak tartottak, mi tetszett és mi nem tetszett nekik a foglalkozások során.

A résztvevők ezután kapjanak annyi kis lapot ahány fős a csoport. Mindenkinek írjanak egy olyan mondatot, mely így kezdődik: azért szeretek veled dolgozni, mert.....



TÁMOP-5.3.1-08/2-2009-0037 „Munkába lépés”

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: **00015-2009**

Programakkreditációs lajstromszám: **PL-3979**

Intézményakkreditációs lajstromszám: **AL-2222**

4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

Mellékletek

Tanulási módszerek

1. számú melléklet Négyzetrajzolás
2. számú melléklet Nyitókör/smile
3. számú melléklet Erősségeim
4. számú melléklet Sivatagi túlélés
5. számú melléklet Tojás üzlet
6. számú melléklet Személyes kockázatok
7. számú melléklet Szállodai vendégek

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: **00015-2009**

Programakkreditációs lajstromszám: **PL-3979**

Intézményakkreditációs lajstromszám: **AL-2222**

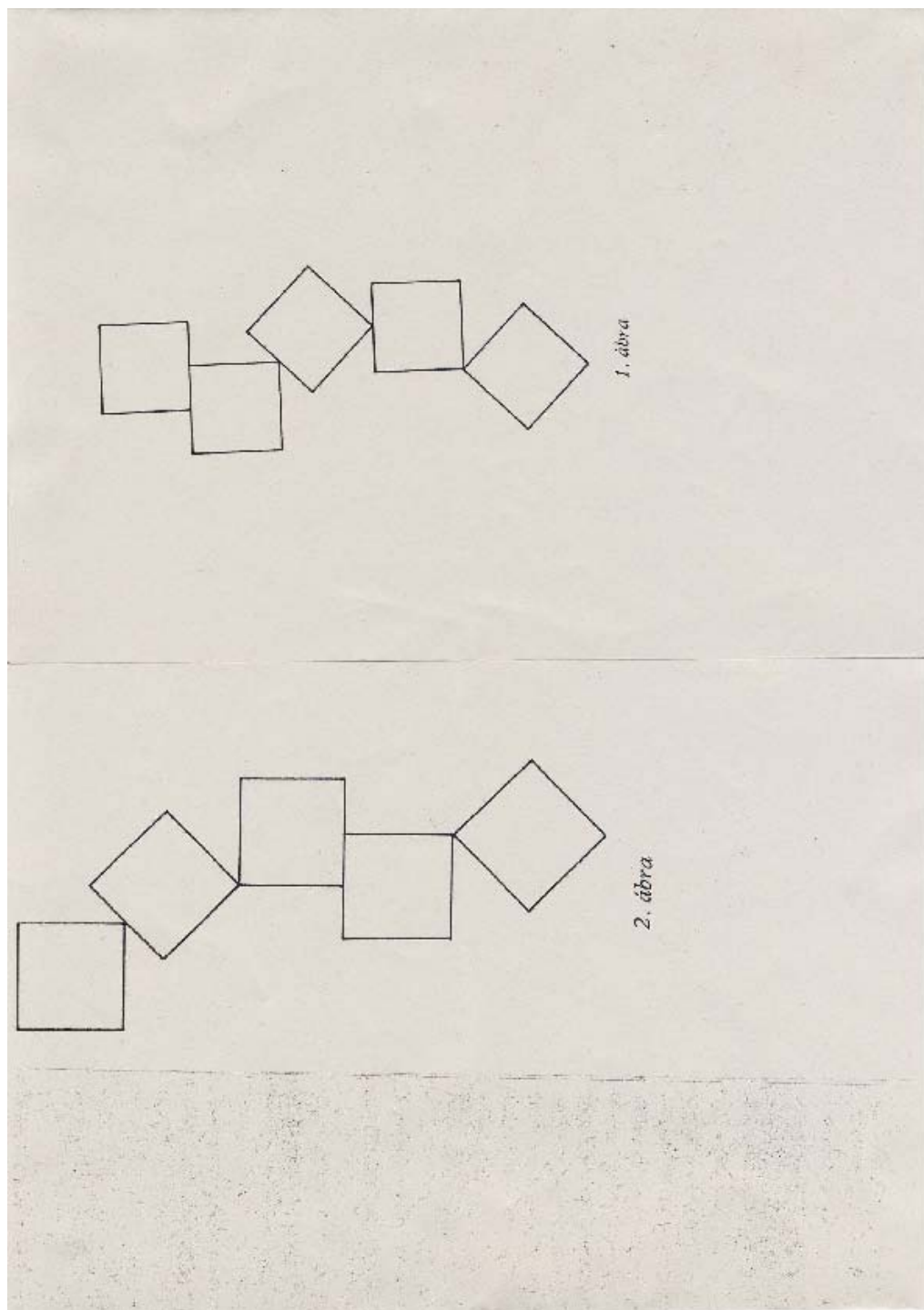
4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

1. számú melléklet

Négyzetrajzolás



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: 00015-2009

Programakkreditációs lajstromszám: PL-3979

Intézményakkreditációs lajstromszám: AL-2222

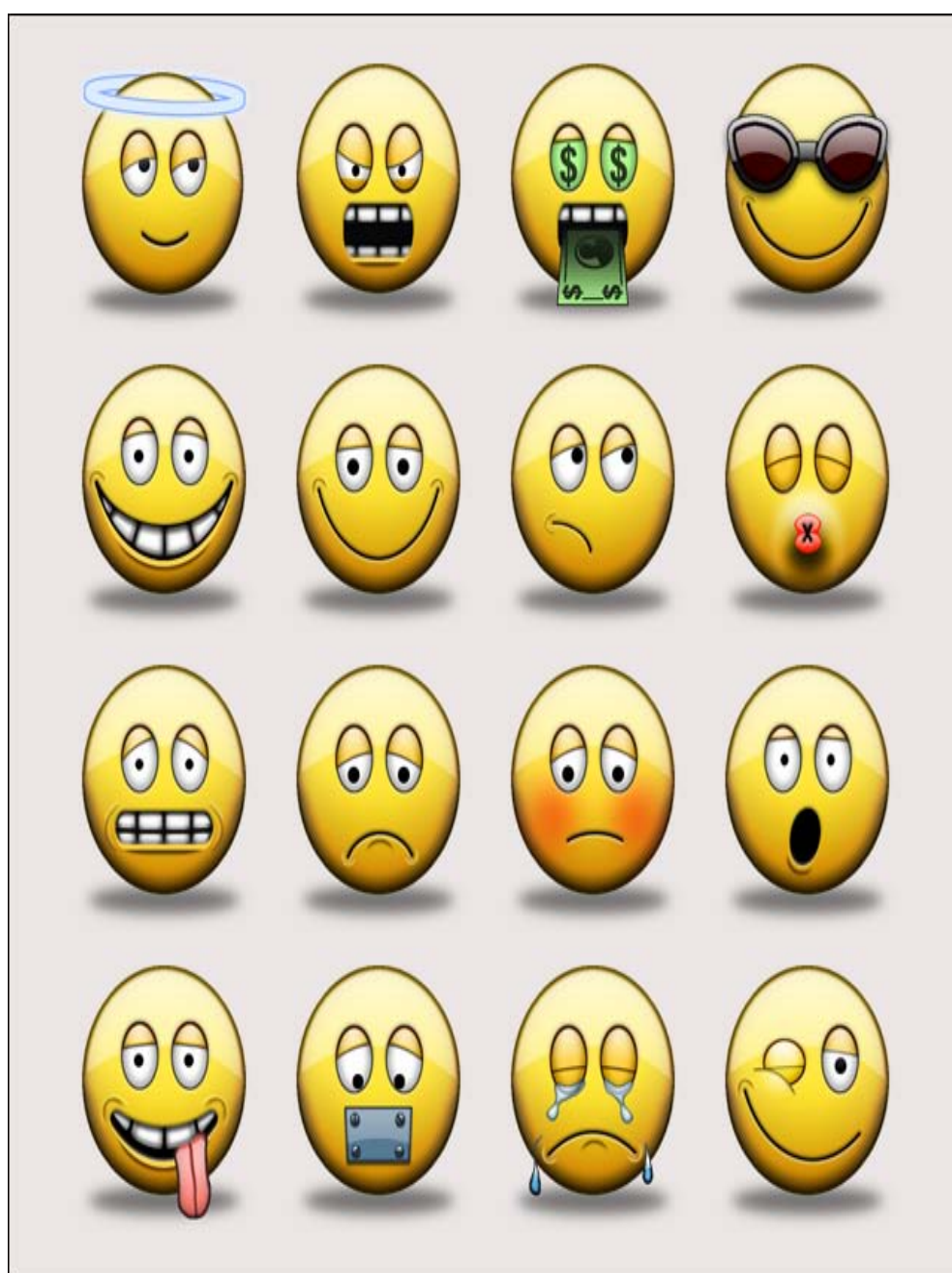
4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

2. számú melléklet

http://www.hotdog.hu/magazin/magazin.hot?m_id=10373&h_id=22134 (2010. december 12.)





TÁMOP-5.3.1-08/2-2009-0037 „Munkába lépés”

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: **00015-2009**

Programakkreditációs lajstromszám: **PL-3979**

Intézményakkreditációs lajstromszám: **AL-2222**

4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

3. számú melléklet

Erősségeim

Felelősségvállalás, mert

Együttműködési készség, mert

Kapcsolatteremtési készség, mert

Beszédkésztség, mert

Problémamegoldás, mert



TÁMOP-5.3.1-08/2-2009-0037 „Munkába lépés”

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: **00015-2009**

Programakkreditációs lajstromszám: **PL-3979**

Intézményakkreditációs lajstromszám: **AL-2222**

4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

4. számú melléklet

Sivatagi túlélés

Július közepe van. Amerika fölött repülsz utasként. Épp egy sivatag fölött tartotok, mikor a gép meghibásodik, ezért kényszerleszállást kell végrehajtanotok. A pilóta és a társa meghal, tehát csak az utasok maradnak életben. Szerencsére közülük senki se sérül meg. Körülöttetek sziklák és rengeteg kaktusz van. Tudjátok, hogy a legközelebbi település 300 km-re van. Valakinél van egy doboz gyufa, másnál egy doboz cigaretta. A többi a gépben van, ám az kigyulladt. El kell dönteneteket, hogy az alábbi felsorolt 15 tárgy közül melyik mennyire fontos.

	Saját	Kiscsoport
Zseblámpa		
Bicska		
Repülő menetrend		
Nagy műanyag esőkabát		
Iránytű		
Elsősegély doboz		
Pisztoly		
Piros-fehér ejtőernyő		
1000 sótabletta		
1 liter víz fejenként		
Könyv a sivatagi ehető állatokról		
Fejenként 1 napszemüveg		
2 liter 45%-os vodka		
Fejenként 1 kabát		
Zsebtükör		

http://katicaors.uw.hu/doksi/cserkeszfuzet/tuleles_a_sivatagban.doc (2010. december 12.)



TÁMOP-5.3.1-08/2-2009-0037 „Munkába lépés”

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: **00015-2009**

Programakkreditációs lajstromszám: **PL-3979**

Intézményakkreditációs lajstromszám: **AL-2222**

4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

5. számú melléklet

Tojás üzlet

Mrs. Carpenter

Ön az Egészségügyi Minisztérium főgyógyszerésze, olyan gyógyszereket fejleszt, amelyek ritka betegségeket gyógyítanak. Nemrég súlyos himlőjárvány tört ki több kontinensen is. Ez egy fertőző betegség, amely magzati rendellenességet is okoz.

Vészhelyzet alakult ki világszerte. Amennyiben a himlőjárványt nem fékezik meg idejében, féltő, hogy a születendő gyerekek egészségét komolyan veszélyezteti, akikről a családjuknak és az államnak kell majd évtizedekig gondoskodniuk. Ez a közgazdászok szerint családok millióit teszi majd tönkre és üzleti összeomlást illetve munkanélküliséget okoz. A pszichológusok szerint az érzelmi hatása is komoly lesz ennek a folyamatnak és szinte minden családot érint majd.

Az Ön minisztériuma támogatta a himlő kutatását és találtak egy szérumot, ami megakadályozza a betegséget. A szérumot a nagyon ritka foltos strucc tojássárgájából készítik. Ezek a madarak csak Balahárin élnek. A strucc évente egyszer rak tojást, éppen júliusban. A tojásokat minden évben gondosan elraktározzák, azután ingyenc éttermeknek adják el speciális levesek készítéséhez. Tavaly egy tojás ára átlagosan 15 dollár volt.

A szelídített foltos struccok egyedüli tulajdonosa Balahári egy távoli részén él. A hírek szerint az illetőnek alvilági kapcsolatai vannak, állítólag terrorista akciókban is részt vesz. Ön nem hiszi, hogy a tulajdonos tud arról, hogy a tojásokból milyen gyógyszert lehet előállítani.

Az Egészségügyi Minisztériumnak szüksége lesz a teljes évi tojásmennyiségre, hogy elő tudja állítani a szükséges mennyiségű gyógyszert. Az Ön feladata, szerezzon annyi foltos strucctojást, amennyit csak tud. A Minisztérium biztosít erre Önnek akár Ötszázezer dollárt is, ha szükséges.

Azonban más is szeretné megvásárolni a tojásokat, mégpedig a Vegyipari Minisztérium megbízásából. Az Ön minisztériuma versenyben áll a Vegyipari Minisztériummal, nem túl jó közöttük az együttműködés. Rajtuk kívül más cégek is megjelenhetnek Balahárin.

Önt felhatalmazták, hogy versenyezzen a Vegyipari Minisztériummal a tojásokért, akár az összes rendelkezésre álló pénzt elköltheti, hogy minél többet megszerezzen belőlük.

Ön most éppen Balahárra repül, hogy megvegye a teljes tojástermést. Meglepődve látja, hogy Ön mellett a gépen éppen a Vegyipari Minisztérium képviselője ül.

Megpróbálja meggyőzni az illetőt, hogy az Ön igénye a tojások iránt nagyon nagy, tehát Önnek kell megszereznie a teljes ezévi termést. Ha ez sikerül, biztosan megjutalmazták a Minisztériumban, magasabb pozícióba kerül ötször annyi fizetésért.



TÁMOP-5.3.1-08/2-2009-0037 „Munkába lépés”

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: **00015-2009**

Programakkreditációs lajstromszám: **PL-3979**

Intézményakkreditációs lajstromszám: **AL-2222**

4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

Mr. Smith

Ön a Vegyipari minisztérium fővegyésze, aki olyan rovarölők kifejlesztésére specializálódott, amelyek megsemmisítik a mezőgazdasági termésre veszélyes rovarokat.

Nemrég a világ minden részéről érkező jelentések a fákat pusztító molylepke támadásáról számoltak be. Ez a lepke, ha nem fékezik meg, egész erdősegeket pusztíthat el. Rendkívül gyorsan szaporodik, hatalmas területeken okoz helyreállíthatatlan károkat.

A molylepke megállításának egyetlen módja a fertőzött erdők permetezése egy nemrég kikísérletezett rovarölő szerrel. A rovarölő szert a Balahári szigeteken élő foltos strucc tojásának héjából készítik. Ebből a madárból nagyon kevés van, és évente csak egyszer raknak tojást. Most van a tojásrakás hónapja. A tojásokat minden évben gondosan elraktározzák, azután ingyenc éttermeknek adják el speciális levesek készítéséhez. Tavaly egy tojás ára átlagosan 15 dollár volt.

A szelídített foltos struccok egyedüli tulajdonosa Balahári egy távoli részén él. A hírek szerint az illetőnek alvilági kapcsolatai vannak, állítólag terrorista akciókban is részt vesz. Ön nem hiszi, hogy a tulajdonos tud arról, hogy a tojásokból milyen rovarölő szert lehet előállítani.

A katasztrófa megállításához szükséges rovarölő gyártásához az ezévi termés teljes mennyiségére, mind a tízezer darabra szükségük lesz. Az ön feladata a lehető legtöbb strucctojás megszerzése. A Minisztérium feljogosította arra, hogy akár 500 000 dollárt költsön a tojásokra.

Azonban úgy tűnik, más versenytársak is érdeklődnek a tojások iránt. A hírek szerint az Egészségügyi Minisztériumnak is szüksége van a tojásokra. Az Ön minisztériuma nincs túl jó viszonyban az Egészségügyi Minisztériummal, aggódik, hogy megpróbálják túlllicitálni Önt.

Ön most éppen Balahárira repül, hogy megvegye a teljes tojástermést. Észreveszi, hogy a repülőgépen Ön mellett az Egészségügyi Minisztérium képviselője ül. Megpróbálja meggyőzni őt, hogy az Ön igénye a tojások iránt rendkívül nagy, tehát meg kell kapnia az egész évi termést. Ha megvédi Minisztériuma érdekeit, biztos, hogy magasabb pozícióba helyezik, a mostaninál ötször több fizetéssel.



TÁMOP-5.3.1-08/2-2009-0037 „Munkába lépés”

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: **00015-2009**

Programakkreditációs lajstromszám: **PL-3979**

Intézményakkreditációs lajstromszám: **AL-2222**

4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

6. számú melléklet

Személyes kockázatok kérdőív

Kérjük, hogy a megfelelő szám bekarikázásával foglaljon állást minden itt következő kijelentéshez. A számok jelentése:

- 1- semmit nem kockáztatok vele
- 2- nagyon keveset kockáztatok vele
- 3- valamit kockáztatok vele
- 4- nagyon sokat kockáztatok vele

A kérdőív kitöltésekor erre a csoportra gondoljon!

- | | | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|
| 1. Megmondani valakinek, ha nem tetszik a viselkedése | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2. Hosszasan nézni egy csoporttársamat, akinek vonzó az egyénisége | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3. Megérinteni egy társamat | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4. Elfogadni, hogy mások is megérintsenek | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5. A csoport egy tekintélyesebb tagjától olyat kérdezni, amit én nem tudok | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6. Szeretet megnyilvánulást adni valakinek | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7. Szeretet megnyilvánulást kapni valakitől | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8. Olyat elmondani magamról, amit más körülmények között nem szoktam elmondani | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9. Eddig elrejtett dolgot feltárni a múltamból | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10. Egyedül szerepelni a csoport előtt | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11. Köztudottá tenni, hogy egy felmerült témához egyáltalán nem értek | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12. Szóval vagy cselekedettel magamra vonni a többiek figyelmét | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13. Megmutatni másoknak, hogy zavarban vagyok | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14. Két, egymással szemben álló társam vitájában állást foglalni | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15. A csoportvezető véleményével vitatkozni | 1 | 2 | 3 | 4 |



TÁMOP-5.3.1-08/2-2009-0037 „Munkába lépés”

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: **00015-2009**

Programakkreditációs lajstromszám: **PL-3979**

Intézményakkreditációs lajstromszám: **AL-2222**

4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

- | | | | | |
|-----------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|
| 16. A csoportvezető viselkedését nyilvánosan bírálni | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17. Ellentmondani valakinek, akit egyébként szeretek | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18. Tévedésemet nyilvánosan beismerni | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19. Olyat cselekedni, amivel valakiben nagyon erős negatív érzéseket keltek | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 20. Olyat cselekedni, amivel valakiben nagyon erős pozitív érzéseket keltek | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 21. Bizonytalanságomat érzékeltetni a többiekkel | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 22. Rossz hangulatomat éreztetni a többiekkel | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 23. Szexuális vágyaimról beszélni a többiek előtt | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 24. Közömbösséget mutatni valakivel szemben | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 25. Bensőséges viszonyt kialakítani valakivel a többiek szeme láttára | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 26. Kirobbanó indulatokkal reagálni, amikor felbosszantanak | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 27. Gondolkodás nélkül kimondani, ami az eszembe jut | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 28. Teljesen spontánul feltárni az érzéseimet a többiek előtt | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 29. Dühös reakciót kiváltani egy csoporttársamból | 1 | 2 | 3 | 4 |



TÁMOP-5.3.1-08/2-2009-0037 „Munkába lépés”

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: **00015-2009**

Programakkreditációs lajstromszám: **PL-3979**

Intézményakkreditációs lajstromszám: **AL-2222**

4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

7. számú melléklet

Szállodai vendégek

Menj le a portáshoz, és mutogasd el neki, hogy 20 órára rendeljen két személyre vacsorát a kínai étteremben. Foglalja le az asztalt, rendeljen két tányér fecskefészeklevest és két adag kacsát.

Most érkezted a hotelbe. Értesd meg a portással, hogy neked egy második emeleti kétágyas szoba kell, amelyhez tartozik fürdőszoba is. Lehetőleg erkélyes legyen, és a kilátás a tengerre nézzen.

Éjjel 1 óra van. Lementél a portáshoz, mert fel vagy háborodva. Nem tudsz aludni, ugyanis a feletted lévő lakosztályban nagy bulit rendeztek, és a csillár is mozog. Kérd meg, hogy tegyen rendet, különben jelenteni fogod az esetet az igazgatóságnak.

Könyörögj a portásnak, hogy adjon egy különszobát, mert a párod annyira horkol melletted, hogy egyszerűen nem bírsz aludni.

Mutogasd el a portásnak: "Beleejtettem a gyűrűmet a fürdőkád lefolyójába. Tudna hívni egy szerelőt, aki kiszedi onnan?"

Mutogasd el a portásnak: "Kizártam magam a szobámból! Nincs véletlenül egy pótkulcsa?"

Mutogasd el a portásnak: Küldje el a tisztítóba a télikabátodat, mert beleejtetted egy hatalmas tócsába, közvetlenül a szálloda előtt, amikor megérkezted.

Mutogasd el a portásnak: Éppen tűzijáték van a városban, te pedig szeretnél felmenni a tetőre, hogy onnan nézhesd végig. Kérd el a tetőfeljáró kulcsát, és kérdezd meg, hol jutsz fel a tetőre.



TÁMOP-5.3.1-08/2-2009-0037 „Munkába lépés”

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Az Országos Tranzitfoglalkoztatási Egyesület által megvalósított projekt.

Felnőttképzési nyilvántartási szám: **00015-2009**

Programakkreditációs lajstromszám: **PL-3979**

Intézményakkreditációs lajstromszám: **AL-2222**

4025 Debrecen, Barna u. 2. fszt./1.

Tel/fax: 0652/410-640

E-mail: orszagostranzit@gmail.com

Irodalom:

Rudas János: Delfi örökösei, Önismereti csoportok: elmélet, módszer, gyakorlat; Kariosz, 1990.