

ДА СИ КАЗВАШ ИСТИНАТА, КАТО ИЗПОЛЗВАШ СОЦИАЛНИ/ЕМОЦИОНАЛНИ ПОЛОЖИТЕЛНИ ДЕЙСТВИЯ

Цел: Да въведе положителните действия да бъдеш реалистичен в преценката си да признаваш слабите си страни.

Необходими материали: Моливи

Материали от програмата: Плакат 92-5-2 „Калинката Бети“, Лист за дейности 98-5-2

Процедура:

1. **КАЖЕТЕ:** „Вчера говорихме за силните си страни. Всеки от нас има такива. Днес ще погледнем нещо, което по-трудно си признаваме – **слабите си страни**. Всички ние имаме слаби страни, точно както имаме и силни. Никой от нас не е съвършен, въпреки че понякога ни се иска да сме.“
2. „Част от това да имаш добър Аз-образ, е да бъдеш реалистичен и честен към себе си какво можеш и какво не можеш добре. Това означава да се погледнеш отблизо и да се приемеш такъв, какъвто си. Признаването на слабите страни не означава да си кажеш „Аз съм ужасен човек“. А да си кажеш: „Такъв съм, какъвто съм. Някои неща правя добре, други – не. Мога да положа усилия да правя тези неща по-добре и да се гордея с тях.“

УЧИТЕЛ: Прочетете историята, след това направете кратко обсъждане с класа по въпросите, които следват.

АЗ ЗНАМ КАК

Двадесет ръце се вдигнаха, за да отговорят на въпроса на госпожа Найденова. Учителката се огледа из стаята, преди да реши кого от учениците да вдигне. Секунди по-рано, тя беше попитала кой от класа би искал да ръководи група, която да организира подготовката на класа за училищния пролетен карнавал. Накрай погледът ѝ се спря на червенокосото момче на първия чин.

- Борисе? – тя каза името му с въпросителен тон. – Мислиш ли, че ще можеш да се справиш?
- Ще опитам, госпожо Найденова. – момчето отговори с готовност. – Наистина ще опитам.

Хор от разочаровани гласове и въздишки премина през класа и сред общия шум се издигна висок, ясен момичешки глас.

- Ако Борис не може, аз мога, госпожо Найденова. Аз знам как.

Няколко ученика изохкаха. Учителката въздъхна, след това се усмихна и каза:

- Сигурна съм, че знаеш, Моника. Но този път избрах Борис. Той ще се справи. Не мислиш ли?

Моника само кимна. След това погледна надолу към чина си, като лицето ѝ почервенея от смущение. Струваше ѝ се, че никога не я избираха за нищо специално, без значение какво беше. Моника беше винаги сигурна, че може да направи нещата, които учителката иска, но това не правеше нещата по-различни. „Това е, защото другите деца биха завиждали“, успокояваше се тя с тази мисъл. „Госпожа Найденова знае колко добре се справям, но не иска другите да се чувстват зле“. Това обаче не помагаше на Моника да спре да се чувства зле по отношение на себе си.

Ситуацията изглеждаше по малко по-различен начин от гледна точка на госпожа Найденова. Вярно беше, че Моника винаги беше доброволец за всичко, без значение дали беше лесно или трудно. Винаги казваше:

- Аз мога да го направя. Аз знам как., - независимо дали наистина можеше или не. Проблемът беше, че повечето пъти Моника никога не се опитваше да направи нещата, които казваше, че знае как.

Вярно беше, че Моника можеше да прави много неща доста добре. Тя пишеше много правилно и без грешки. Имаше много хубав глас и пееше добре, когато не се опитваше да надвика всички останали. Беше много добра на народна топка и винаги се втурваше да помага на по-малките на двора. Но това не ѝ беше достатъчно. Тя искаше да прави всичко.

Така че, когато един от първите пъти каза: „Аз знам как“, трябваше да се грижи за хамелеона на класа по коледните празници. Но тя никога не се беше грижила за животното преди това, така че когато се върна, горкият гущер беше болен.

Когато госпожа Найденова попита кой може да снима на партито на класа по случай Хелюин, Моника отново каза: „Аз знам как“. Но всъщност не знаеше, така че на всички снимки имаше само крака, без лица.

И, когато директорът помоли някой да заведе новият ученик в класа на госпожа Христова, Моника отново беше доброволец. „Аз знам как“, каза тя, въпреки че чувството ѝ за ориентация беше толкова безнадеждно, че в продължение на 10 минути бъркаше стаите, преди да открият стаята на класа на госпожа Христова.

След известно време госпожа Найденова, когато имаше нужда, спря да я избира за доброволец. След известно време никой не я молеше да прави повече нищо и когато тя казваше: „Но, аз знам как“, те просто въздишаха и клатеха глави. През това време, с всеки изминал ден, Моника се чувстваше все по-зле по отношение на себе си.

ВЪПРОСИ ЗА ОБСЪЖДАНЕ

- Какъв е основният проблем на Моника?
 - Тя добра ли е в нещо?
 - Защо се чувства толкова зле по отношение на себе си?
 - Какво може да направи, за да се чувства по-добре и по-щастлива?
3. **УЧИТЕЛ:** Раздайте лист за дейности 98-5-2. Разгледайте заедно с класа инструкциите, след това дайте възможност на учениците да работят самостоятелно. Насърчете ги да бъдат конкретни в думите, които избират. Например:
- Аз съм този, който е с блестяща черна коса.
 - Аз съм този, който обича да плува.
 - Аз съм този, който може да тича 2 километра.
 - Аз съм този, който може да вкарва голове.

Предупредете ги, че стихотворенията не е задължително да бъдат с рими. Тъй като тази дейност може да отнеме повече време, отколкото урокът позволява, дайте им възможност да завършат тази дейност през свободното си време.

4. Напишете понятието „**Да признавам слабостите си**“ под положителните действия на плаката „Калинката Бети“. Съберете листовците за книжката на честността към себе си.



Име: _____

Кой съм аз?

ИНСТРУКЦИИ: Ние всички имаме силни страни и слабости. Попълнете стихотворението, докато отишете до вие прави толкова специални. Украсете мястото около стихотворението с картинки на силните си страни и слабостите си, за които сте напъдали.

Аз съм този, който е мен

Аз съм този, който имам _____

Аз съм този, който обичам _____

Аз съм този, който може _____

Аз съм този, който не може _____

Понякога ми се иска да можах _____

Понякога мисля, че съм _____

Иска ми се да можах _____ като _____

Иска ми се да можах _____ като _____

Но аз съм този, който може _____

И аз съм този, който може _____

Въпреки, че не мога _____

Аз съм този, който се харесва _____

Аз съм този, който е мен _____

