

По стъпките на програма „Познавам себе си – уважавам другите“

Открит урок в 4.д клас

СУ „Гео Милев“, гр. Варна



Познавам себе си



Уважавам другите



Как разбирате името на програмата?





За враната и пауна

Търговецът и папагалът – Носрат Песешкиан

В дворецовия парк, на клоните на портокалово дърво, кацнала една врана. Сред добре поддържаната зеленина на поляната гордо се разхождал един паун.

“Враната заграчила: „Как е възможно да се разреши на такава странна птица да прекрачи този парк? Тя ходи така арогантно, като че ли е самият султан и освен това – краката ѝ са ужасно грозни! И перата ѝ – какво ужасно синьо! Никога не бих носила подобен цвят. Влачи опашката след себе си, като че ли е лисица...“. Враната изведнъж млъкнала в очакване.

”Паунът дълго време не казал нищо. След това започнал с меланхолична усмивка: „Смятам, че твоите приказки не отговарят на действителността. Лошите неща, които казваш за мен, се дължат на неразбиране. Ти казваш, че съм арогантен, защото вървя с изправена глава, така че перата на раменете ми настръхват, а двойната брадичка загрозява шията ми. Всъщност аз съм всичко друго, но не и арогантен. Познавам своите грозни черти и знам, че краката ми са с дебела, набръчкана кожа. Това ме тревожи толкова много, че държа главата си изправена, за да не ги гледам. Ти виждаш само грозните неща у мен. Затваряш очите си за моите преимущества и моята хубост. Още ли не си го забелязала? Точно на това, което ти наричаш грозно у мен, хората се възхищават.“

За враната и пауна



Враната вижда само
грозното.



Паунът познава своите
недостатъци, но цени своята
красота.
Приемане на цялото "Аз".

Пътеводител в знанията ни за емоциите

Коя емоция разпознаваш днес?



Любов



Страх



Тъга



Гняв



Радост



Изненада



Отвращение

Под лупа: Една емоция

1. Какво е да се страхуваш?

2. Какви са усещанията в тялото?

3. Има ли (+) и (-) страни?

4. Как би помогнал на приятел?



Да поговорим за конфликта

На какво ви прилича?



Животно?



Природно явление?



Предмет?



Вкус?



По вълните на конфликта

Пик на вълната

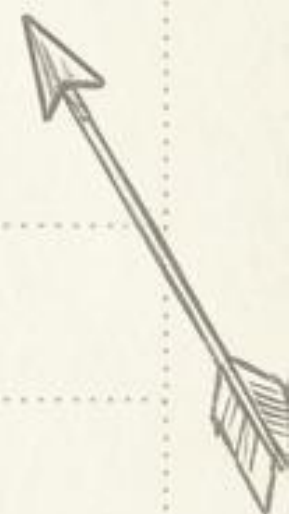
В конфликта съм!
(Гняв и обида)

Зараждане

Имаш избор!
(Оттегляне или Въвличане)

Успокояване

Какво мога да
направя?



Какво избирам?



Учебна медиация

Какво прави медиаторът?

„Мога да ви помогна
да се чуете и да се
разберете!“



Стъпки към споразумение



1. Спиране на спора.



2. Изслушване на страните.



3. Разбиране на чувствата.



4. Търсене на решение.



5. Договор
(Аз печеля! -
Ти печелиш!)



Аз печеля! - Ти печелиш!

Двете страни са еднакво важни.
Няма „прав“ и няма „крив“.



Време за размисл и споделяне

Моята думичка
за този час...



Обратна връзка

-  Какво научих за себе си?
-  Какво научих за другите?
-  Каква промяна забелязвам?

Благодарим ви за участието!

