

PRIPREMA:

7. radionica – ŠPP Abeceda prevencije (5. razred): **Razvoj suradničkih i socijalnih vještina** (Rastrgano srce)

Cilj: razvoj socijalnih vještina

Očekivani ishodi:

- učenici će moći razlikovati ohrabrujuća od obeshrabrujućih ponašanja.

Potreban materijal:

- ljepljiva traka (selotejp),
- po jedno papirnato srce za svakog učenika

AKTIVNOSTI KOJE SE TREBAJU ODRADITI:

Naziv aktivnosti: Rastrgano srce

Opis aktivnosti/ Uvod: Započnite aktivnost tako što ćete podići u zrak papirnato srce i objasniti kako svaka osoba na početku u životu misli da je netko tko je važan – netko tko ima važne misli, tko ima važne osjećaje, tko općenito nešto znači. To je naše samopoštovanje.

Pitanja za učenike:

1. Što je samopoštovanje?
2. Što podrazumijevamo pod samopoštovanjem?
3. Kako na naše samopoštovanje mogu utjecati naša iskustva ili način na koji ljudi prema nama postupaju?

Samopoštovanje je način na koji osoba procjenjuje sebe, a utječe na to kako razmišljamo te kako se ponašamo u različitim situacijama. Samopoštovanje se razvija i oblikuje tijekom cijelog života, ali u školskoj dobi se kod djece po prvi put javljaju složenije ideje o tome kakva su i kakva bi željela biti. Samopoštovanje kod djece u velikoj mjeri **ovisi o porukama koje dobiva od njemu važnih i bliskih osoba – prvenstveno od roditelja, a tijekom odrastanja na njega sve više utječu i vršnjaci.**

Usprkos velikom utjecaju medija i vršnjaka na dječje samopoštovanje, roditelji su i dalje ti koji imaju najveću ulogu u izgradnji djetetovog samopoštovanja, a to mogu učiniti na brojne načine.

Grupna rasprava:

Povedite kratku raspravu o samopoštovanju.

Upute za rad:

1. Pomoću ljepljive trake razrednica zalijepite veliko papirnato srce na svoja prsa i učenicima kaže da će im ispričati priču o jednom danu u životu jedne mlade osobe koja je otprilike njihove dobi. Svaki puta kada čuju neko obeshrabrenje trebaju pokazati palcem prema dolje. Za svaki palac razrednica će dramatičnim pokretom otrgnuti komadić srca sa svojih prsiju i baciti ga na pod".

2. Slijedi čitanje priče "Rastrgano srce" koja sadrži mnogo obeshrabrujućih ponašanja prema jednome dječaku. Na kraju cijelo papirnato srce ostane rastrgano na komadiće.

Rastrgano srce

Jednog četvrtka ujutro, kad je zazvonila budilica, Ivan nije ustao iz kreveta. Deset minuta kasnije njegov stariji brat Bruno glasno je zalupao na njegova vrata. "Ti si takva lijenčina." (TRGANJE) rekao je. „Ustani. Opet ćeš zakasniti u školu.“ "Ali , zlo mi je", rekao je Ivan. "Zašto se uvijek ponašaš kao beba?" (TRGANJE) rekao je Bruno. „Izlazi iz kreveta. Autobus tek što nije stigao.“ Ivan se brzo odjenuo – posegnuvši za prvom stvari koju je mogao pronaći – i otišao u kuhinju nešto pojesti. „Uzmi jabuku i kreni“, kazala je njegova majka. „Da nisi tako lijen (TRGANJE) mogao si pojesti pošten doručak. Ponekad mislim da je tvoj otac u pravu, od tebe nikada neće biti ništa.,“ (TRGANJE). Bruno je izjurio kroz vrata koja su se zalupila Ivanu pred nosom (TRGANJE) "Pričekaj Ivana ", rekla je njihova majka. "Taj luzer“ (TRGANJE) rekao je Bruno. "Ne želim da me uopće vide s njim. Zar ne vidiš kakvu odjeću nosi?“ Dječaci su stigli na stanicu točno na vrijeme, a Ivan je slijedio starijega brata. Ali kad su se vrata zatvorila i autobus krenuo, Ivan se sjetio da je ostavio zadaću u svojoj sobi. Upitao je vozača autobusa bi li ga pričekao dok se vrati po zadaću. "Što ti je mali, jesi li lud? (TRGANJE) Ovo nije taksi. Bilo kako bilo, to te ide kad kasniš." (TRGANJE) Kad je Ivan stigao u školu rekao je učiteljici iz hrvatskog kako je ostavio zadaću kod kuće. "To je četvrti put ovaj mjesec, Ivane ", rekla je. "Jel' ti uopće radiš svoju zadaću? Počinjem misliti da lažeš. (TRGANJE) Znaš, tvoja je sestra bila moja učenica, ali ona je bila toliko bolje dijete od tebe.“ (TRGANJE) Ivan je volio sportove, ali je mrzio sat tjelesnog jer je bio najmanji od svih dječaka. A da stvar bude gora, žureći se tog jutra zaboravio je svoj dres, pa je morao obući nešto iz kutije za izgubljene stvari. Tog su dana na tjelesnom trebali igrati košarku, koja je za Ivana bila najgori od svih sportova. Učitelj je zatražio od djece neka se podijele u dvije momčadi, Lavove i Tigrove. Za nekoliko minuta bilo je po deset dječaka u svakoj momčadi, samo je Ivan ostao. (TRGANJE) Kapetan momčadi Lavova je rekao: "Ne želimo ga. On ne vrijedi ništa." (TRGANJE) "On nije Tigar. Više je kao preplašena mačka", (TRGANJE) rekao je kapetan Tigrova. A drugi su se dječaci smijali i mijaukali (TRGANJE). „Gle, pa on nema niti pravi dres za tjelesni“ rekao je drugi dječak. (TRGANJE). „Da (sarkastično) stvarno izgledaš strašno dobro.“ I svi su se opet nasmijali. (TRGANJE). Napokon je učitelj dodijelio Ivana jednoj momčadi, i to Lavovima. Međutim, odsjedio je na klupi cijelo vrijeme jer ga kapetan niti jednom nije stavio u igru. (TRGANJE).

3. Zatim se čita priča tako da se obeshrabrujuća ponašanja drugih prema dječaku pretvore u ohrabrenja.

NOVA PRIČA, zapisati je.

4. Na kraju slijedi rasprava i zaključak koji način je ispravan i zašto.

DA	NE
Pohvale – konkretne i realne	Kritiziranje riječima „uvijek“ i „nikad“
Isticanje sposobnosti i vještina	Stalno prosuđivanje

Uključivanje u aktivnosti koje djetetu odgovaraju	Kritike koje se odnose na dijete kao osobu, a ne na njegovo ponašanje
Vjerovanje u djetetove sposobnosti	Uspoređivanje s drugom djecom
Prepuštanje određene odgovornosti	Nedopuštanje samostalnosti
Prihvatiti dijete i njegove osobine	
Saslušati dijete kada je nezadovoljno	

Pitanja za učenike:

1. Što mislite da bi moglo pomoći izgradnji vašega samopoštovanja?

Dobro je **poticati samostalnost** djeteta te ne izvršavati zadatke umjesto njega nego mu pokazati da **vjerujete u njega** i njegove sposobnosti. Naravno, ako dijete zapne u nekome zadatku, roditelji mu mogu pomoći da zajedno dođu do rješenja. Kada roditelji djetetu prepuste određenu **odgovornost** djetetu (npr pisanje DZ, učenje, ključ od stana...).

Veliku ulogu imaju **pohvale** koje dijete prima od ljudi koji su mu važni, a posebice od roditelja. Poželjno je da su te pohvale konkretne i da se umjesto općenitog „Bravo!” koriste pohvale za **konkretno ponašanje** kao npr. „Jako mi se sviđa što si ovako lijepo pospremio/la sobu tako da svaka stvar ima svoje mjesto. ”

Kako bi smanjili utjecaje medija i moguće negativne posljedice koje imaju na sliku tijela kod djeteta, dobro je da roditelji manje pohvala daju za izgled, a više se usmjere na **isticanje sposobnosti, znanja i vještina**. Kako bi potakli izgradnju visokog samopoštovanja, poželjno je dijete **uključivati i ohrabrivati u aktivnostima u kojima se uspješno snalazi i koje mu se sviđaju**.

Prilog:

evaluacijski listić: TVOJI KOMENTARI NA PROVEDENU RADIONICU:

TVOJI KOMENTARI NA PROVEDENU RADIONICU:
1.Što si naučio?
2.Što ti se svidjelo?
3.Što bi volio da je bilo drugačije?

PLAN PROVEDBE:

1. upoznavanje s temom;
2. nekoliko teorijskih riječi (**uvod**);
3. **prvi zadatak za učenike**: razmisliti o tome što njima znači samopoštovanje;
4. **drugi zadatak za učenike**: poslušati priču Rastrgano srce;
5. **treći zadatak za učenike**: u grupnoj raspravi zajednički kreirati priču sa sretnim završetkom;
6. **četvrti zadatak za učenike**: opisati kako su se osjećali;
7. **peti zadatak za učenike**: ispunjavanje evaluacijskog listića.

Izvori:

1. prema "Nemoj mi se rugati", 6. – 8. razred, Priručnik za nastavnike od šestog do osmog razreda: Stvaramo razred bez ismijavanja, (Peter Yarrow Productions i Educators for Social Responsibility), Unicef.
2. <https://odrasli.hrabritelefon.hr/clanci/kako-djeci-pomoci-da-razviju-samopostovanje/>
preuzeto 18. 12. 2024.