



RESCUR: NA VALOVIMA

KURIKUL OTPORNOSTI ZA PREDŠKOLSKU I OSNOVNOŠKOLSKU DOB

Priručnik za učitelj(ic)e – srednja osnovnoškolska dob

Carmel Cefai – Malta – koordinator

Renata Miljević-Rički, Dejana Bouillet, Tea Pavin Ivanec, Mirjana Milanović – Hrvatska

Anastassios Matsopoulos, Mariza Gavogiannaki – Grčka

Maria Assunta Zanetti, Valeria Cavioni – Italija

Paul Bartolo, Katya Galea – Malta

Celeste Simoes, Paula Lebre, Anabela Caetano Santos – Portugal

Birgitta Kimber, Charli Eriksson - Švedska





RESCUR: NA VALOVIMA KURIKUL OTPORNOSTI ZA PREDŠKOLSKU I OSNOVNOŠKOLSKU DOB

Priručnik za učitelj(ic)e – srednja osnovnoškolska dob

Carmel Cefai – Malta – koordinator

Renata Miljević-Ričički, Dejana Bouillet, Tea Pavin Ivanec, Mirjana Milanović – Hrvatska

Anastassios Matsopoulos, Mariza Gavogiannaki – Grčka

Maria Assunta Zanetti, Valeria Cavioni – Italija

Paul Bartolo, Katya Galea – Malta

Celeste Simões, Paula Lebre, Anabela Caetano Santos – Portugal

Birgitta Kimber, Charli Eriksson – Švedska



RESCUR: NA VALOVIMA
KURIKUL OTPORNOSTI ZA PREDŠKOLSKU I OSNOVNOŠKOLSKU DOB
Priručnik za učitelj(ice) - srednja osnovnoškolska dob



**Lifelong
Learning
Programme**

A Lifelong Learning Programme Comenius projekt

Ova publikacija izrađena je u sklopu projekta RESCUR – Razvoj kurikula otpornosti za djecu predškolske i osnovnoškolske dobi u Europi – www.rescur.eu. Projekt je financirala Europska komisija u sklopu Lifelong Learning Programa, No. 526813-LLP-1-MT-COMENIUS-CMP.

Autori

Carmel Cefai – Malta – koordinator

Renata Miljević-Riđički, Dejana Bouillet, Tea Pavin Ivanec, Mirjana Milanović – Hrvatska

Anastassios Matsopoulos, Mariza Gavogiannaki – Grčka

Maria Assunta Zanetti, Valeria Cavioni – Italija

Paul Bartolo, Katya Galea – Malta

Celeste Simões, Paula Lebre, Anabela Caetano Santos – Portugal

Birgitta Kimber, Charli Eriksson – Švedska

© lipanj 2016.

Urednice hrvatskog izdanja

Renata Miljević-Riđički, Dejana Bouillet, Tea Pavin Ivanec, Mirjana Milanović



Sveučilište u
Zagrebu

Izdavač: Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu

Za izdavača: Prof. dr. sc. Ivan Prskalo

ISBN 978-953-7210-97-7

CIP zapis je dostupan u računalnome katalogu Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem **000933025**.

Sva prava pridržana. Nijedan dio ove publikacije ne smije se reproducirati niti prenositi ni u kakvom obliku niti ikakvim sredstvima elektroničkim ili mehaničkim, fotokopiranjem, snimanjem ili umnažanjem u bilo kojem drugom obliku bez prethodne suglasnosti vlasnika prava.

Sadržaj ove publikacije ne odražava nužno stavove i mišljenja Europske komisije.

Vježbe za usmjeravanje pažnje: © Birgitta Kimber i Charli Eriksson, lipanj 2016.

Glazba © Gorana Tomašić-Šragalj i Damir Sertić, lipanj 2016.

Izvođači: Gorana Tomašić Šragalj, Leon Cvetkovski i Ivana Cvetkovski

Naslovnica i ilustracije: Antonija Balić Šimrak

Lektura: Božica Vuić

Prijevod: Petra Ivanc

Naslov izvornika: RESCUR: SURFING THE WAVES. A resilience curriculum for early years and primary schools. Late primary school.

Recenzenti: Prof. dr. sc. Helen Cowie

Prof. dr. sc. Maria Poulou

Grafičko oblikovanje: Antonija Balić Šimrak i Mario Perus

Naklada: 200 primjeraka

Tisak: ITG d.o.o., Zagreb

Elektronska verzija: www.rescur.eu

www.um.edu.mt/cres/publications/rescur

SADRŽAJ

TEMA 1. Razvoj komunikacijskih vještina	1
PODTEMA 1. Učinkovita komunikacija.....	2
PODTEMA 2. Asertivnost.....	24
TEMA 2. Uspostavljanje i održavanje zdravih odnosa	59
PODTEMA 1. Zdravi odnosi.....	60
PODTEMA 2. Suradničke vještine, empatija i moralno rasuđivanje.....	90
TEMA 3. Razvoj pozitivnoga mišljenja	126
PODTEMA 1. Pozitivno mišljenje.....	127
PODTEMA 2. Pozitivne emocije.....	164
TEMA 4. Razvoj samoodređenja	201
PODTEMA 1. Rješavanje problema.....	202
PODTEMA 2. Osnaživanje i autonomija.....	248
TEMA 5. Izgradnja osobne snage	297
PODTEMA 1. Pozitivno samopoimanje i samopouzdanje.....	298
PODTEMA 2. Korištenje jakih strana u akademskome i društvenome okruženju.....	326
TEMA 6. Pretvaranje izazova u prilike	352
PODTEMA 1. Suočavanje s nedaćama i sukobima.....	353
PODTEMA 2. Suočavanje s gubitkom i prihvaćanje promjena.....	393
Literatura	435
Prilozi	437
PRILOG 1. Opća deklaracija o ljudskim pravima (1948).....	437
PRILOG 2. <i>Konvencija o pravima djeteta</i> (1989).....	439

ZAHVALE

Zahvaljujemo svima onima koji su na različite načine doprinijeli razvoju ovog kurikula.

Našim kolegama i djelatnicima sa šest partnerskih sveučilišta na njihovom doprinosu u različitim fazama projekta, uključujući: Giusy Ninna i Mara Lupica Spagnolo (Italija) te Sarah Mercieca i Natalie Galea (Malta).

Antoniji Balić Šimrak koja je osmislila naslovnice za pet publikacija, ilustracije i lutke Sherlocka i Zelde, kartice sa životinjama, tri kompleta postera i ilustracije za slikovnicu u sklopu prve teme.

Brigitti Kimber i Charliju Erikssonu koji su osmislili i snimili aktivnosti za usmjeravanje pažnje (*mindfulness*), a koje se nalaze u elektronskoj verziji ove publikacije.

Gorani Tomašić Šragalj i Damiru Sertiću (skladateljima); Gorani Tomašić Šragalj, Leonu Cvetkovskom i Ivani Cvetkovski (izvođačima) za četiri glazbene teme koje su uključene u elektronsku verziju ove publikacije.

Prof. emeritus Helen Cowie sa Sveučilišta u Surreyu (UK) i prof. Marii Poulou sa Sveučilišta u Patrasu (Grčka), vanjskim recenzenticama kurikula, na njihovim dragocjenim stručnim komentarima i povratnim informacijama.

Prof. Michaelu Ungaru, ravnatelju Centra za istraživanje otpornosti Sveučilišta Dalhousie, Halifax (Kanada) na dragocjenim komentarima.

Prof. Terje Ogdenu, sa Sveučilišta u Oslu (Norveška) i dr. Susan Beltman, sa Sveučilišta Curtin (Australija) koji su vodili trening RESCUR tima za implementaciju kurikula.

Izdavaču Springer Publications, ENTRÉE LLP Comenius projekt i <http://paperboxworld.weebly.com/>, <http://it.freepik.com/>, <http://www.iconarchive.com/>, <http://www.adorabletoon.com/>, za dopuštenje da se njihov materijal uključi u ovu publikaciju.

U konačnici, zahvaljujemo 199 odgojitelja/učitelja i 1935 djece diljem Europe koji su sudjelovali u pokusnoj primjeni kurikula i čije su povratne informacije bile od velike pomoći za unaprjeđenje RESCUR-a.

Provedbi RESCUR projekta u Hrvatskoj su u, njegovim različitim fazama, doprinijeli i:

Marija Šarić, Tea Pahić, Renata Marinković Krvavica, Biserka Petrović Sočo, Višnja Rajić, Goran Lapat, Iva Gruić, Davor Brđanović, Katarina Tadić i Vatroslav Horvat

Snimanje hrvatske verzije audio zapisa vježbi za uvođenje u aktivnost omogućili su Filip Riđički, Natko Smoljan i Marko Milanović.

Popis vrtića i škola koje su sudjelovale u pokusnoj primjeni kurikula

Hrvatska

Dječji vrtić "Različak", Zagreb, Petrinjska 31/2

Dječji vrtić Varaždin, Varaždin, Dravska 1

IV. osnovna škola Varaždin, Varaždin, A. M. Reljkovića 36

Osnovna škola "Dr. Ivan Merz", Zagreb, Račkoga 4.

Grčka

Perfection of Rethimno, Crete: 8th Elementary school of Rethimo

Roussospiti Elementary School

2nd Preschool of Atsipopoulo

16th Elementary school of Rethimno
Elementary school of Fourfoura, Elementary school Alfa Milopotamou
Preschool Sgourokefaliou
Elementary school of Asi Gonia Rethimnou
Preschool of Agia Galini Rethimnou
Perfecture of Hrakleio, Crete: 38th Preschool of Hrakleio
Tefeliou Preschool Hrakleio
31st Elementary school of Hrakleio
Preschool of 10 Saints, Hrakleio
24th Preschool of Hrakleio
9th Elementary School of Hrakleio
29th Preschool of Hrakleio
1st Elementary school Agias Marinas Hrakleio
30th Preschool of Hrakleio
10th Preschool of Hrakleio
25th Preschool of Hrakleio
2nd Preschool Boutes Hrakleiou
3rd preschool of Arkaloxori
1ST Preschool of Zakros
Elementary school of Kastelli Padiados
36th preschool of Hrakleio, Preschool of Skalani Hrakleiou
2nd Elementary school of Archanes Hrakleiou
36th Elementary school of Hrakleio
Perfecture of Agios Nicholaos, Crete: 2nd Elementary School Ierapetras
2nd Preschool Neapolis Lasithiou.

Italija

Istituto Comprensivo "Via Libertà" - San Donato Milanese (MI)
Istituto Comprensivo di "Via Acerbi" – Scuola d'infanzia L' Aquilone - Pavia
Istituto Comprensivo di Bereguardo - Bereguardo e plesso di Vellezzo Bellini (PV)
Istituto Comprensivo di Certosa di Pavia - Certosa di Pavia (PV)
Istituto Comprensivo di Garlasco - Plesso di Dorno (PV)
Istituto Comprensivo di Piazza Vittorio Veneto - Vigevano (PV)
Istituto Comprensivo di Rivanazzano Terme- Rivanazzano Terme e plesso di Retorbido (PV)

Istituto Comprensivo di Siziano - Siziano (PV)

Istituto Comprensivo di via Scopoli – Scuola primaria “E. De Amicis, Scuola primaria “Gabelli”, Scuola primaria “F. Casorati”, Scuola primaria “Montebolone” - Pavia

Istituto Comprensivo di Villanterio - Villanterio e plesso di Vistarino (PV)

Istituto Comprensivo Rivanazzano - Scuola d’infanzia “E. Diviani – Salice Terme (PV)

Istituto Comprensivo Rivanazzano - Scuola dell’infanzia “Negrotto Cambiaso” Codevilla (PV)

Istituto Comprensivo Statale di Mortara - Mortara (PV)

Istituto Comprensivo Statale di via Angelini - Pavia

Scuola dell’infanzia “G. Vaccari” - Pavia

Scuola dell’Infanzia comunale “8 Marzo” - Pavia

Scuola dell’infanzia di Portalbera - Portalbera (PV)

Scuola Primaria paritaria “Maddalena di Canossa” - Pavia

Malta

St Margaret College- Żabbar Primary School A

St Margaret College -Żabbar Primary School B

St Margaret College - Cospicua Primary School

St Margaret College - Kalkara Primary School

St Margaret College - Xgħajra Primary School.

Portugal

Agrupamento de escolas Dr. Azevedo Neves

Agrupamento de escolas Dr. Ruy Luis Gomes

Santa Casa da Misericórdia de Almada

Casa das Cores

Švedska

Förskolan Bispgården

Hansåkerskolan

Himlavalvets förskola

Humlans förskola(Mosippan)

Järåskolan




Kullsta skola

Skolbackens förskola




Smultronets förskola

TEMA 1. Razvoj komunikacijskih vještina

Podtema 1. Učinkovita komunikacija

 CJELINA 1	 CJELINA 2	 CJELINA 3
Učinkovito slušanje	Razumijevanje emocija u komunikaciji	Razmjena ideja, suradnja, pregovaranje

Podtema 2. Asertivnost

 CJELINA 1	 CJELINA 2	 CJELINA 3
Izražavanje osjećaja i potreba	Zauzimanje za sebe	Asertivno rješavanje sukoba

PODTEMA 1. Učinkovita komunikacija

Vještina učinkovite međuljudske komunikacije je proces svladavanja aktivne i interaktivne vještine i kompetencije u komunikaciji, izražavanju i logici pa je upravo ova vještina nužna za stvaranje održivoga i visokokvalitetnoga odnosa među ljudima. Komunikacija ne završava kada pošaljemo poruku i kada na nju odgovori onaj kome smo je uputili. Važno je da poruka bude jasna i ispravno shvaćena. Dvosmjerni tijek komunikacije u sadržajnom smislu obiluje porukama o tome što sudionici razgovaraju, misle, osjećaju, namjeravaju. U odnosnom smislu, radi se o pridavanju važnosti onome što drugi izjavljuje, pokazivanju interesa kroz postavljanje pitanja o idejama i namjerama sugovornika.

Prva cjelina *Učinkovito slušanje* omogućava djetetu upoznati, razumjeti i prihvatiti drugu osobu. Ovo je zahtjevna vještina i za odrasle, ali je važan preduvjet za učenje vještine davanja povratnih informacija i iskazivanja empatije, što je sadržaj druge cjeline. *Razumijevanje emocija u komunikaciji* (empatija) je sposobnost uživljavanja u emocionalna stanja druge osobe i razumijevanje njezina položaja na osnovi percipirane ili zamišljene situacije u kojoj se ta osoba nalazi. Radi se o životnim vještinama koje je moguće potaknuti dodatnim vježbanjem, a koje pridonose razvoju otpornosti djeteta i zajednice u kojoj takvo dijete živi. Davanje učinkovite povratne informacije moguće je jedino ukoliko u osnovi odnosa postoji prihvaćanje i težnja za razumijevanjem i dijeljenjem osjećaja i misli te razumijevanjem uzroka ponašanja. Povratna informacija bez empatije može biti učinkovita za utjecaj na tuđe ponašanje, ali je pogubna za izgradnju odnosa pripadanja i povjerenja. Treća cjelina *Razmjena ideja, suradnja, pregovaranje* odnosi se na to kako djeca mogu unaprijediti svoje komunikacijske vještine koristeći pregovaranje i suradnju.

CJELINA 1. UČINKOVITO SLUŠANJE

- Ciljevi učenja**
- strukturirati primljenu poruku i prenijeti je bez promjena i pogrešaka
 - gledati sugovornika u oči, strpljivo slušati i parafrazirati
 - primijetiti i razumjeti neverbalne znakove u komunikaciji s drugima

CJELINA 2. RAZUMIJEVANJE EMOCIJA U KOMUNIKACIJI

- Ciljevi učenja**
- uvidjeti da se drugima može pomoći na različite načine
 - razviti osjetljivost za potrebe i ciljeve drugih i potaknuti ih da ostvare svoj cilj
 - reagirati na potrebe osoba koje trebaju pomoć

CJELINA 3. RAZMJENA IDEJA, SURADNJA I PREGOVARANJE

- Ciljevi učenja**
- pronaći rješenje koje je prihvatljivo svima koji su uključeni u problemsku situaciju
 - pregovarati o rješenjima problema koja nikoga neće povrijediti
 - razmjenjivati ideje i sudjelovati u zajedničkom rješavanju problema
-

Savjeti za učitelje/učiteljice

1. Formirajte u nekom izdvojenom dijelu razreda „kutić slušanja“ i neka on ondje bude neko vrijeme (barem dva tjedna). U kutić postavite dva stolca koji će biti označeni znakovima: stolac za onoga tko želi nešto ispričati i stolac za onoga koji u određenom dijelu dana želi biti slušač. U početku povremeno bez riječi sjedite vi na jedan od ovih stolaca kako biste djecu motivirali na korištenje mogućnosti govorenja i slušanja. Odrasli su dobar model za djecu i veća je vjerojatnost da će i oni preuzimati uloge slušača ili govornika ako vide da je to i vama zanimljivo. Ukoliko djeca budu koristila „kutić govorenja i slušanja“, on može postati stalan i postupno se nadograđivati novim stolicama – za davanje i primanje pohvale, za davanje i primanje zagrljaja, za traženje i davanje savjeta i sl. Možete ga tada nazvati i „kutić brzih popravaka“.
2. U svakodnevnim situacijama koristite svaku priliku da podsjetite djecu da pažljivo slušaju jedni druge. Budite model za slušanje.
3. U mirnom dijelu učionice, osobito ako su djeca u dnevnom boravku, najbolje u kutu, oformite šumski kutić s velikim lutkama ili slikama Sherlocka i Zelde. Napravite ploču s džepovima za male lutke (Sherlocka i Zelde) i maske za četiri osnovne emocije. Svako dijete može ponijeti lutku kući i odjenuti je uz pomoć roditelja. Lutka se može dovesti u šumski kutić gdje se može požaliti ili samo razgovarati s velikim Sherlockom i Zeldom. Ovisno o ranijem dogovoru za vikend ili posebnim situacijama, veliki Sherlock ili Zelda mogu se ponijeti kući.
4. Budite svjesni da empatija čini djecu boljom u njihovim odnosima. Kada djeca ne pokazuju empatiju, treba ih potaknuti da ulože napor da bi razumjeli druge. Korisno je pokazati interes za djetetove osjećaje i pitanjima mu pomoći da ih opiše jer to je nekoj djeci, bez posebne znatiželje odraslih i bez posebnih pitanja, teško. Drugoj djeci takvo je ponašanje odrasloga model za ulaganje napora u cilju razumijevanja drugih.
5. Napravite ilustracije u vezi s onim što radite u okviru ove teme.

Cjelina 1. Učinkovito slušanje

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- strukturirati primljenu poruku i prenijeti je bez promjena i pogrešaka
- gledati sugovornika u oči, strpljivo slušati i parafrazirati
- primijetiti i razumjeti neverbalne znakove u komunikaciji s drugima.

Aktivnost 1. Vidi me, čuj me!

Cilj učenja

Strukturirati primljenu poruku i prenijeti je bez promjena i pogrešaka.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

strukturirati primljenu poruku i proslijediti je bez promjena i pogrešaka.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Novinski članak po izboru, radni listić *Nastavi priču*



1. Započnite s vježbom za usmjeravanje pažnje.
2. Brojalicom izaberite jedno dijete koje će čitati članak, jedno dijete koje će ga slušati i četvero djece koji će izaći van iz razreda. Dijete koje je odabrano da pročita članak, pročitat će ga pred ostalom djecom i odabranim djetetom koje ima zadatak pažljivo ga slušati i zapamtiti što je više moguće onoga što je pročitano. Nakon što je dijete pročitao članak, dijete koje je bilo slušač preuzima ulogu pripovjedača. Pozove se jedno dijete koje je bilo vani i ono postaje slušač koji treba zapamtiti ono što je čulo te to prenijeti sljedećemu djetetu koje je bilo izvan razreda. I tako do zadnjeg djeteta koje je bilo vani i koje će pred cijelim razredom ispričati ono što je čulo. Zamolite ostalu djecu da pažljivo slušaju i ne komentiraju dok vježba ne bude do kraja obavljena.
3. Nakon toga zamolite čitača da ponovno pročita članak svima. Potaknite djecu pitanjima da uoče razliku između pročitanaoga i prepričanoga teksta:
 - Je li Zelda aktivno slušala što joj Sherlockova mama govori?

- Što se dogodilo u ovoj vježbi?
Ne dopustite djeci da traže „krivca“, nego ih potaknite da uoče probleme do kojih dolazi kada više puta prepričavamo ono što smo čuli.
- Imate li prijedlog kako se to mogli spriječiti?
Dok djeca govore, njihove prijedloge možete zapisivati na ploču ili na plakat koji ćete kasnije staviti na vidno mjesto u učionici.

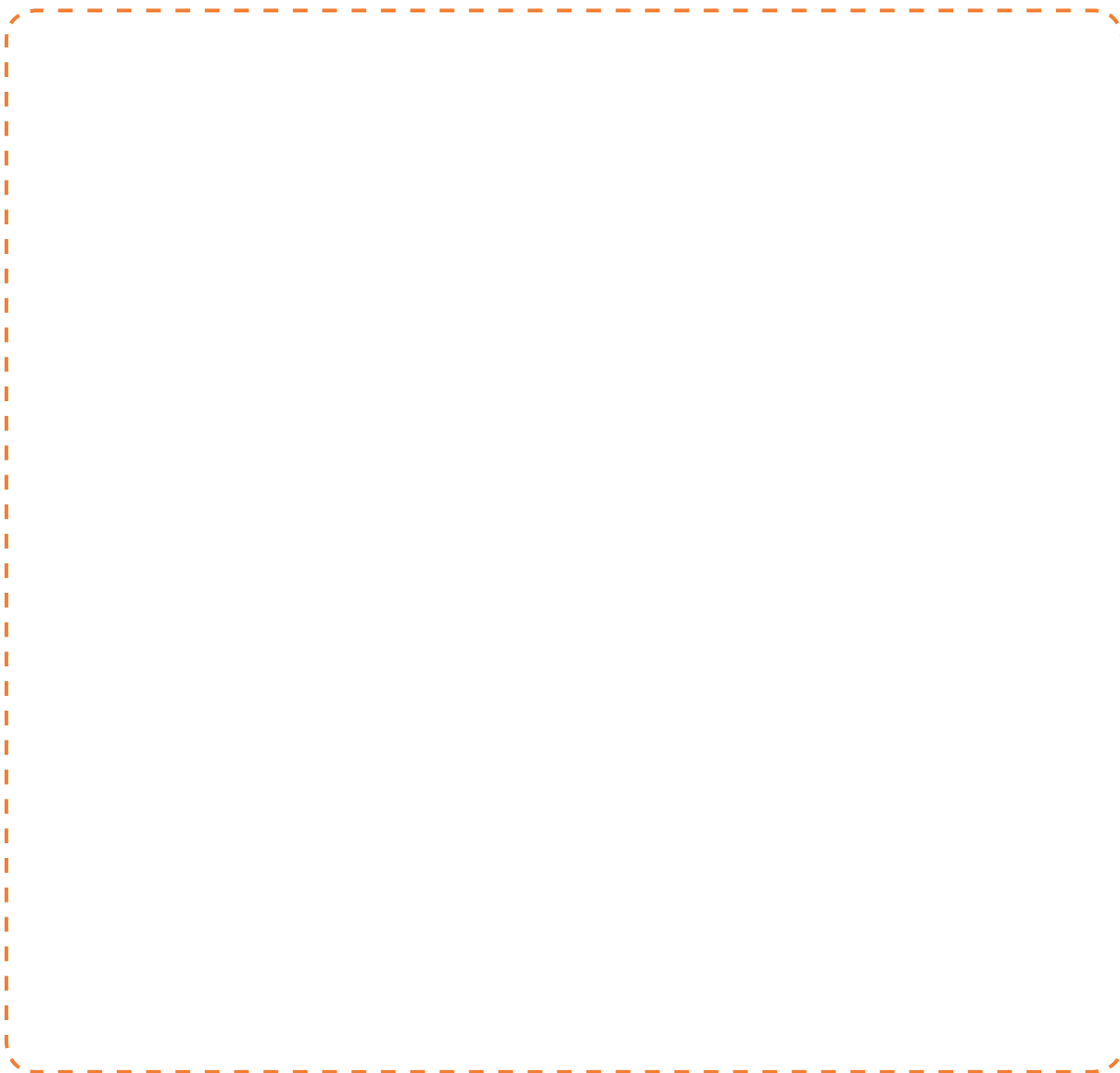


Recite djeci da zajedno s roditeljima (skrbnicima) ispričaju neobičnu priču na sljedeći način: dijete kaže prvu rečenicu, tu istu rečenicu ponovi netko drugi, ali je nadopuni. Sljedeća osoba ponovi sve ono što je bilo rečeno i nadoda nešto svoje. Cilj je ispričati priču s početkom i krajem. Dijete ima zadatak ilustrirati dio priče koji mu se najviše sviđa.



NASTAVI PRIČU

Molimo vas da zajedno sa svojim djetetom ispričate priču na sljedeći način: dijete kaže prvu rečenicu, tu istu rečenicu ponovi netko drugi, ali je nadopuni. Sljedeća osoba ponovi sve ono što je bilo rečeno i nadoda nešto svoje. Cilj je ispričati priču s početkom i krajem. Dijete ima zadatak ilustrirati dio priče koji mu se najviše sviđa.



Aktivnost 2. Što rade dobri slušači?

Cilj učenja

Gledati sugovornika u oči, strpljivo slušati i parafrazirati (vlastitim riječima ponoviti ono što je čuo/la).

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

gledati sugovornika u oči, strpljivo slušati i provjeriti jesam li razumio/razumjela poruku.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Povezi za oči, flomasteri, veliki papir za izradu plakata, radni listić *Što rade dobri slušači?*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pozovite djecu da formiraju parove. Zamolite ih da prepričaju po jednu komunikacijsku situaciju u kojoj su pažljivo slušali svojega sugovornika. Pitajte ih u čemu im je pažljivo slušanje pomoglo.
3. Objasnite djeci da će sada igrati igru uloga prema sljedećim pravilima: jedno dijete u paru je slušač, a drugo govornik. Moguća tema o kojoj će govornici govoriti je „Moj najsmješniji događaj...“. Govornik može govoriti najviše 3 minute. Dok govornik priča, slušač mora imati zatvorene oči i ne smije ništa govoriti. Nakon tri minute govornik ponovno priča isti događaj, ali sada slušač ima otvorene oči i govorniku, koji prepričava svoj najsmješniji događaj, treba postavljati pitanja poput: „Jesam li te dobro čuo, ti si....“, „Ako sam te dobro shvatila, mislio si“, postavlja potpitanja i sl. Razgovor može trajati najviše 5 minuta.
4. Podijelite djecu u skupine od 4 člana. Razgovaraju o tome kako su se osjećali dok su govorili osobi koja ima zatvorene oči, a kako su se osjećali dok im je sugovornik postavljao pitanja. Također razgovaraju o tome kako su se osjećali dok su slušali zatvorenih očiju, a kako kada su smjeli sudjelovati u razgovoru.
5. Nakon razgovora djeca u skupini trebaju izraditi plakat u koji će upisati što rade i što ne rade dobri slušači (npr. dobri slušač ne prekida, gleda sugovornika u oči, ne uzima riječ, sluša strpljivo, prihvaća što govoriš, postavlja pitanja, pokazuje interes). Plakati se izvjesu na vidljiva mjesta u razredu i svaka skupina predstavlja svoj plakat.



Zamolite djecu da ispričaju članovima obitelji jedan događaj koji se nedavno zbio i pitanjima provjere koliko su oni pažljivo slušali, jesu li bili zainteresirani slušači, jesu li postavljali pitanja, jesu li strpljivo slušali ili su prekidali razgovor. Neka sve to zabilježe na radni listić *Što rade dobri slušači?*.



ŠTO RADE DOBRI SLUŠAČI?

Dijete će vama i ostalim članovima obitelji ispričati o nekom događaju koji se nedavno zbio. Tada će provjeriti koliko ste ga/nju pažljivo slušali. Na primjer, jeste li postavljali pitanja? Jeste li bili zainteresirani? Jeste li slušali pažljivo ili ste prekidali? Pomozite mu/njoj da to zapiše.

KOME SAM SVE U OBITELJI PRIČAO/LA O DOGAĐAJU:

TKO ME JE GLEDAO U OČI:

TKO JE BIO ZAINTERESIRAN:

TKO JE POSTAVLJAO PITANJA:

TKO JE STRPLJIVO SLUŠAO:

TKO ME JE PREKIDAO:

TKO JE U MOJOJ OBITELJI NAJBOLJI SLUŠAČ:



Aktivnost 3. Reći riječima i reći bez riječi

Cilj učenja

Promatrati i razumjeti neverbalno ponašanje u komunikaciji s drugima.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

primijetiti i razumjeti neverbalne znakove kada slušam drugoga.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Mekana loptica, sredstvo za reprodukciju glazbe, predlošci s apstraktnim crtežom, listić *Reci to riječima i bez riječi*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pozovite djecu da sjednu u krug. Objasnite im da ćete otkotrljati loptu prema djetetu kojemu želite postaviti pitanje. Dijete koji dobije loptu sluša pitanje i na njega odgovara. Nakon toga ono odlučuje koga iz razreda želi bolje upoznati, šalje mu loptu i postavlja pitanje. Potičite djecu na malo tišine prije i nakon odgovora kako bi onaj koji pita ili odgovara imao dovoljno vremena domisliti što želi reći.
3. Recite sad djeci da ćete igrati jednostavnu igru u kojoj će im zadatak biti da se pozdrave sa svakim djetetom iz razreda ne izgovarajući pri tom ni jednu riječ. Recite im da ćete pustiti neku pjesmu i da se oni slobodno kreću sobom. Kad isključite zvuk glazbe, trebaju se pozdraviti s djetetom koje im je najbliže kao da su sreli svojega najboljeg prijatelja. Pri tome ne smiju izgovoriti ni jednu riječ! Neka vježba pozdravljanja potraje, a kad se svatko sa svakim pozdravi, djeca se vraćaju na svoja mjesta u krug.
4. Pitajte djecu što im je bilo lakše – pozdraviti se s nekim bez riječi ili šutjeti dok ih netko pozdravlja kao najboljega prijatelja. Jesu li mogli prepoznati kako se sugovornik osjeća iako nije ništa govorio? Jesu li u pozdravu prepoznali gestu prijateljstva ili nešto drugo? Kako su protumačili susret? Potaknite djecu da prepoznaju moć neverbalne komunikacije i važnosti uočavanja neverbalnih signala.
5. Recite djeci da izaberu jedno dijete čije su osjećaje vjerojatno prepoznali tijekom pozdravljanja i neka ga upitaju jesu li prepoznati osjećaji točni. Neka to učine ona djeca koja žele.
6. Podijelite djecu u parove. Recite im da jedan član u paru mora imati papir i olovku. Neka sjednu tako da jedan član para gleda prema vama, a drugi tako da je vama i svom paru okrenut leđima. Nakon što djeca zauzmu mjesta, više se ne smiju okretati. Objasnite im da je zadatak djeteta koje gleda prema vama svom paru davati upute što mora nacrtati prema predlošku koji ćete im pokazati i cijelo vrijeme vježbe držati tako da ga svi koji daju upute dobro vide.

Djeci koja daju upute pokažite predložak s apstraktnim crtežom. Recite im da za davanje upute i crtanje imaju dvije minute. Nakon dvije minute prekinite vježbu. Neka svi „crtači“ dignu svoj crtež u zrak i pokažu ga drugima.

7. Ponovite igru s promijenjenim ulogama i s drugačijim crtežom. Pitajte djecu je li im bilo lakše davati ili slijediti upute. Koje su vještine trebale njima, a koje njihovu partneru da uspješno obave zadatak? Jesu li zadovoljni svojim vještinama? Što bi drugi put napravili drugačije?



Zamolite djecu da tijekom tjedna na kraju svakoga dana zapišu jedan ugodan komunikacijski doživljaj s nekim članom obitelji. Recite im da zabilježe riječi koje su bile rečene i opišu neverbalne znakove koje su tijekom komunikacije primijetili. Mogu zabilježiti i komunikaciju koja je bila bez riječi, ali je bila ugodna. U tome slučaju neka zabilježe i opišu samo neverbalne znakove. Svakako ih tijekom tjedna podsjetite na zadatak i u ponedjeljak posvetite neko vrijeme razgovoru o tome što su zabilježili u radni listić *Reci to riječima i bez riječi*.



RECI TO RIJEČIMA I BEZ RIJEČI

Napiši svaki dan jedan ugodan komunikacijski doživljaj s nekim članom obitelji. Zabilježi riječi koje su bile rečene i opiši neverbalne znakove koje ste si tijekom komunikacije uputili. Možeš zabilježiti i komunikaciju koja je bila bez riječi, ali je bila ugodna. U tome slučaju zabilježi samo neverbalne znakove koje ste razmijenili.

PONEDJELJAK:

UTORAK:

SRIJEDA:

ČETVRTAK:

PETAK:



Cjelina 2. Razumijevanje emocija u komunikaciji

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- uvidjeti da se drugima može pomoći na različite načine
- biti osjetljiva za potrebe i ciljeve drugih i potaknuti ih da ostvare svoj cilj
- reagirati na potrebe osoba koje trebaju pomoć.

Aktivnost 1. Kako ti mogu pomoći?

Cilj učenja

Uvidjeti da se drugima može pomoći na različite načine.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

razumjeti da ne postoji **samo jedan** način na koji nekome mogu pomoći.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Papir za crtanje ili slikanje i drvene bojice ili pastele, listić *Kako ti mogu pomoći?*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Dajte djeci uputu da savinu papir na dva dijela. Zadatak je da se prisjete nekog mjesta na kojem vole provoditi vrijeme sami. Važno je da je to mjesto na kojem im je ugodno i gdje se osjećaju sigurno. Na tome mjestu nešto rade i vrijeme može teći. Na jednu polovici papira crtaju ili slikaju to svoje sigurno mjesto i sebe na tome mjestu.
3. Sada im recite da se prisjete neke situacije kada im je bilo teško i kada su se osjećali usamljeno. Možda su tada zaista bili sami, a možda je oko njih bilo nekoga, ali nisu dobili potrebnu pomoć. Na drugoj polovici papira crtaju ili slikaju tu situaciju i sebe.
4. Nakon što su nacrtali situaciju u kojoj im je bilo teško, recite im da razmisle koje je tri osobine trebala imati osoba koja im je mogla pomoći. Neka te tri osobine zapišu na poleđinu papira.
5. Kada su svi završili, pozovite ih da, ako netko želi, ispriča nešto o svojem sigurnom mjestu i o svojoj teškoj situaciji.

6. Na kraju predložite djeci da redom svatko kaže koje je tri osobine naveo. Važno je da na kraju sažmete najvažnije osobine koje su navedene i potaknite djecu da uoče kako svi ne trebaju isto da im bilo bolje. Ne postoji samo jedan način na koji se može pomoći i važno je pitati drugoga *kako ti mogu pomoći?*



Predložite djeci da s roditeljima razgovaraju o teškoćama koje su oni imali u školi kada su bili slične dobi, o tome kako su drugi reagirali, tko im je pomogao, a tko otežao situaciju i koje je tri osobine trebala imati osoba da njima u toj situaciji bude bolje. Neka to zajedno s roditeljima zabilježe na listić *Kako ti mogu pomoći?*



KAKO TI MOGU POMOĆI?

Molimo vas, razgovarajte s djetetom o teškoćama koje ste vi imali u školi kad ste bili sličnih godina. Zajedno s djetetom zabilježite to na listić.

ŠTO JE BILO TEŠKO

TKO JE POMOGAO I KAKO

TKO JE OTEŽAO SITUACIJU I KAKO

KOJE JE TRI KARAKTERISTIKE TREBALA IMATI OSOBA KOJA JE MOGLA POMOĆI U TOJ SITUACIJI:

1.	
2.	
3.	



Aktivnost 2. Dar za uspjeh

Cilj učenja

Razviti osjetljivosti za potrebe i ciljeve drugih i potaknuti ih da ostvare svoj cilj.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

nekoga potaknuti da ostvari svoj cilj.

Razina

Srednja

Potreban pribor

papir, olovka, bojice, listić *Dar za uspjeh*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Djecu podijelite u parove. Svako dijete ima zadatak na papir napisati neki svoj cilj (npr. naučiti skijati, govoriti španjolski, svirati flautu, izraditi narukvicu, putovati brodom...)
3. Djeca uzajamno razmjenjuju papire s ciljevima i svatko razmisli što bi trebalo onome drugom da mu se cilj ispuni. Dajte im uputu da svatko ima zadatak svojem paru dati *Dar za uspjeh* koji može biti konkretan (skije, škola skijanja, flauta, perlice...), ali i imaginaran (npr. hrabrost za skijanje). Djeca crtaju dar i pišu objašnjenje.
4. Svatko dobiva natrag svoj papir s ciljem i darom i djeca sa svojim parom razgovaraju o tome. Napomenite djeci da imaju pravo dar prihvatiti, odbiti ili reći što bi im još moglo pomoći u ostvarenju cilja.
5. Zamolite djecu da svatko tko želi kaže svima nešto svojem cilju i daru za uspjeh koji je dobio.



Predložite djeci da izaberu jednoga člana obitelji s kojim će razgovarati o njegovu cilju i kojem će izabrati *dar za uspjeh*. Neka to zabilježe i nacrtaju na svoj radni listić.



DAR ZA USPJEH

Vaše će dijete izabrati jednoga člana obitelji s kojim će razgovarati o njezinim/njegovim ciljevima i željama. Tada će izabrati *dar za uspjeh* za nju/njega i uručiti joj/mu ga uz verbalnu i neverbalnu podršku.

CILJ

MOJ DAR ZA USPJEH



Aktivnost 3. Dobra djela

Cilj učenja

Razviti osjetljivost za potrebe osoba koje trebaju pomoć.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

reagirati na potrebe pojedinaca koji trebaju pomoć.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Papir velikoga formata za svaku skupinu bojice, flomasteri te pribor koji može pomoći svakoj skupini u provedbi izabrane aktivnosti



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite djecu u skupine od sedam do osam članova. Svaka grupa ima zadatak raspraviti kome je u njihovoj okolini potrebna pomoć u smislu olakšavanja neke teškoće ili popravljanja kvalitete života.
3. Predložite im da koriste *oluju ideja* i na kraju izaberu jednu aktivnost koju će osmisliti i provesti (ili naprave cijeli projekt). To može biti npr. posjet obližnjem staračkom domu i mali program za umirovljenike prigodom blagdana; akcija pomoći djeci prvih razreda u prvim danima polaska škole; akcija zbrinjavanja životinja; aktivnosti ohrabrenja prijatelju koji je bolestan; aktivnosti navijanja za školsku sportsku ekipu itd.
4. Svaka skupina radi poster s planom aktivnosti i prezentira ga razredu. Druga djeca daju svoje prijedloge i nadopune te komentiraju koliko je aktivnost izvediva.
5. Dogovorite s djecom rokove za organizaciju i provedbu izabrane aktivnosti te način na koji im vi ili netko drugi iz škole ili njihovih obitelji može pomoći.
6. Nakon provedene aktivnosti svaka skupina izvještava razred o tome kako je protekla njihova pomagačka aktivnost i argumentira učinjeno odgovarajućom dokumentacijom (fotografije, pisma zahvale, videozapisi...).



Zamolite dijete da upozna članove obitelji s dogovorom u razredu i traži pomoć i sudjelovanje roditelja, ako je potrebno.

Cjelina 3. Razmjena ideja, suradnja, pregovaranje

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- pronaći rješenje koje je prihvatljivo za sve koji su uključeni u problemsku situaciju
- pregovarati o rješenjima koja nikoga neće povrijediti
- razmjenjivati ideje i sudjelovati u zajedničkom rješavanju problema.

Aktivnost 1. Naša priča u 6 slika

Cilj učenja

Pronaći rješenje koje je prihvatljivo za sve koji su uključeni u problemsku situaciju.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

predlagati rješenja koja su prihvatljiva za sve koji su uključeni u problemsku situaciju.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Papir većega formata podijeljen u šest kvadrata – za svaku skupinu po jedan, bojice (pastele ili drvene), radni listić *Naša priča u 6 slika*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite djecu u podgrupe: prvo dijete kaže br. 1, drugo 2 itd. do pet i svatko zapamti koji je broj rekao. Sve jedinice idu u jednu skupinu, sve dvojke u drugu itd.
3. Svakoj skupini dajte zadatak da razgovara o situacijama iz života u kojima je postojao problem, a riješen je tako da se netko osjetio uskraćenim. Pojasnite im da se radi o situaciji u kojoj je netko od njih ili njihovih prijatelja na kraju plakao, bio tužan, povrijeđen, ljutit...
4. Nakon što vidite da su djeca neko vrijeme razgovarala o svojim iskustvima predložite im da izaberu jednu od situacija i dogovore se kako bi događaj mogao teći da rasplet bude dobar za sve sudionike. Nakon dogovora predložite im da nacrtaju strip-priču u šest slika s izmijenjenim završetkom. Prve tri slike neka budu takve kakve bi bile i u originalnoj situaciji, a u nastavku neka nacrtaju prizore koji dovode do završetka koji je zadovoljavajući za sve sudionike događaja.
5. Na kraju svaka skupina objašnjava svoju strip-priču i rade malu izložbu svojih strip-priča.



Predložite djeci da izaberu jednu obiteljsku situaciju ili događaj u kojem je netko bio ili je mogao biti povrijeđen. Neka se s roditeljima prisjete kako je ta situacija riješena ili dogovore kako je mogla biti riješena da svi budu zadovoljni. Uz pomoć roditelja trebaju nacrtati strip-priču po uzoru s nastave. Neka strip donesu drugi dan u školu. Stavite ga u djetetov portfolio.



NAŠA PRIČA U 6 SLIKA

Izaberite jednu obiteljsku situaciju ili događaj u kojem je netko bio ili je mogao biti povrijeđen. Prisjetite se kako je ta situacija riješena ili dogovorite kako je mogla biti riješena da svi budu zadovoljni. Zajedno o tome nacrtajte strip u šest slika.



Aktivnost 2. Moja priča u 6 slika

Cilj učenja

Pregovarati o rješenjima problema koja nikoga neće povrijediti.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

naći rješenje problema koje nikoga neće povrijediti.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Papir za svako dijete podijeljen u šest kvadrata, bojice (pastele ili drvene), radni listić *Moja priča u 6 slika*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite djecu u parove
3. Svakomu paru dajte zadatak da razgovaraju o nekoj svojoj situaciji iz života u kojoj je postojao problem, a riješen je tako da je onaj koji priča situaciju bio uskraćen („Što ti se dogodilo, a da si na kraju bio tužan, povrijeđen, plakao, ljut...?“).
4. Dajte svakomu djetetu papir podijeljen u šest kvadrata. Recite djeci da svatko od njih započne crtati svoju priču tako da u prvi kvadrat nacrtaju glavne likove priče, u drugi što je svatko od njih u toj situaciji želio da se dogodi, a u treći početak problemske situacije koju je upravo ispričao svomemu paru.
5. Recite djeci da kada nacrtaju prva tri prizora međusobno zamijene papire i jedan drugom crtaju nastavak situacije, ali na način koji bi bio dobar za „vlasnika priče“, a nikoga ne bi rastužio ili naljutio. Predložite im da u četvrti kvadrat crtaju tko je predložio dobro rješenje problema, u peti tko je sudjelovao da se problem riješi i u šesti što je bilo na kraju.
6. Neka djeca međusobno jedno drugome objasne što su nacrtali i kakav je ishod priče. „Vlasnika priče“ potaknite da svomemu paru kaže slaže li se takvim ishodom ili on ima neku nadopunu ili korekciju. Predložite djeci da u paru razgovaraju i o tome postoji li još koji način na koji priča može teći i završiti.



Recite djeci da pitaju roditelje da im oni ispričaju neku situaciju iz svojega djetinjstva u kojoj su bili tužni, ljuti ili povrijeđeni i da kažu kako bi danas postupili u toj situaciji ili da vam kažu kako su drugi trebali postupiti da situacija završi tako nitko nije povrijeđen.



MOJA PRIČA U 6 SLIKA

Vaše će vas dijete pitati za neku situaciju iz djetinjstva u kojoj ste bili tužni, ljutiti ili povrijeđeni. Recite mu nešto o toj situaciji i kako biste danas postupili u toj situaciji. Također mu recite što su drugi sudionici mogli učiniti da niti vi niti netko drugi ne budete povrijeđeni. Pomozite mu da zabilježi što ste ispričali.

SITUACIJA

PONAŠANJE U TAKVOJ SITUACIJI DANAS



Aktivnost 3. Zajednički problem

Cilj učenja

Razmjenjivati ideje i zajednički tražiti rješenje za problem.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

razmjenjivati ideje i sudjelovati u zajedničkom rješavanju problema.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Školska ploča, kreda u boji ili veliki papir i flomasteri



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Na satu razredne zajednice potaknite djecu da raspravljaju o tome što oni žele promijeniti da bi im boravak u školi ili nastava bili kvalitetniji. Potičite ih na što više prijedloga. Koristite pritom *oluju ideja* i naglasite koliko je važno da svi sudjeluju i da se prijedlozi ne kritiziraju.
3. Izaberite jedan problem ili prijedlog koji bi svima donio pozitivnu promjenu tijekom boravka u školi ili tijekom izvođenja nekog dijela nastave. Važno je da zajednički definirate prijedlog u afirmativnome smislu. Primjerice umjesto „Svima bi nam bilo bolje da za vrijeme velikoga odmora nije velika buka i gužva“ formulirajte želju za promjenom tako da kažete: „Svima bi nam bilo bolje da za vrijeme velikoga odmora imamo više prilike za razgovarati i slobodno se kretati.“ Zabilježite dogovoreni prijedlog promjene na ploču ili na veliki papir.
4. Predložite djeci da sada svi razmišljaju o ovome prijedlogu i daju prijedloge što bi mogli poduzeti da se on ostvari. Ponovno ih potaknite na *oluju ideja* i sve prijedloge zabilježite na ploču ili na veliki papir. Stvorite zajedno najbolju strategiju koja može uključivati i više predloženih rješenja te se dogovorite kako ćete to ostvariti – tko i kako može pomoći, trebaju li se uključiti roditelji i sl.



Dogovorite se s djecom da informiraju roditelje o problemu o kojem su raspravljali i mogućnostima njihovog uključivanja u rješenje problema.

PODTEMA 2. Asertivnost

Biti asertivan znači ponašati se odlučno, ali ne i agresivno, znači uvažavanje, ali ne i submisivnost. Asertivnost omogućuje pojedincu da se izbori za sebe, a da pritom ne nanese štetu drugome. Djeca koja se zauzimaju za sebe jasno izražavaju svoje potrebe, daju povratnu informaciju o ponašanju drugih koja ih smetaju, objašnjavaju razloge zbog kojih ih to ponašanje smeta, jasno izražavaju svoje želje i, ukoliko je potrebno, ponavljaju ih više puta. Ona mogu reći NE, NE ŽELIM, NE MOGU, iskazuju razumijevanje za drugu osobu i mogu obraniti vlastita stajališta ili integritet a da ne naštetite drugome. Kroz aktivnosti navedene u ovoj podtemi djeca će imati priliku na asertivan način izraziti svoje osjećaje i potrebe i zauzeti se za sebe.

Djeca nemaju priliku vježbati asertivno ponašanje ako nisu u stvarnom ili zamišljenom sukobu s okolinom. Razlikujemo sukobe u koje djeca ulaze jer nastoje zadovoljiti neke od svojih potreba i sukobe do kojih dolazi jer druga djeca ili odrasli na bilo koji način svojim ponašanjem i zahtjevima narušavaju djetetov tjelesni i emocionalni integritet ili ugrožavaju njegovu imovinu i vrijednosti.

Okruženje u kojem djeca mogu vježbati asertivno ponašanje podržava ih u tome da poštuju sebe, daje im pravo da se predomisle, omogućava im vrijeme za razmišljanje i oslobađa ih odgovornosti za ponašanja i emocionalna stanja odraslih. Vještina asertivnoga ponašanja podupire vještine slušanja i razumijevanja drugih. U nedostatku asertivnoga ponašanja, u djece se može umjesto vještina slušanja i razumijevanja drugih razviti submisivnost i pasivnost, dok se umjesto vještine izražavanja vlastitih potreba i zauzimanja za sebe može razviti sebičnost i neosjetljivost na potrebe drugih. Posljednji set aktivnosti bavi se upravo asertivnim rješavanjem sukoba.

CJELINA 1. IZRAŽAVANJE OSJEĆAJA I POTREBA

Ciljevi učenja

- prepoznati vlastite želje i načine njihovog ostvarivanja
- prepoznati razliku između želja i potreba
- znati kako se ponašati da bi zadovoljili vlastite potrebe

CJELINA 2. ZAUZIMANJE ZA SEBE

Ciljevi učenja

- zauzeti se za sebe uz korištenje riječi NE u obrani vlastitih prava
- uočiti razliku između zauzimanja za sebe na učinkovit i na neučinkovit način ili na štetu drugih
- asertivno se ponašati

CJELINA 3. ASERTIVNO RJEŠAVANJE SUKOBA

Ciljevi učenja

- prepoznati učinkovite načine rješavanja sukoba
 - uočiti da je neverbalna komunikacija također važna za učinkovito rješavanje sukoba
 - nenasilno i asertivno rješavati sukobe
-

Savjeti za učitelje/učiteljice

1. Pokažite djeci bezuvjetnu ljubav i prihvaćanje na način koji je usklađen s dobi djeteta.
2. Ukazujte djeci na granice dozvoljenoga ponašanja, podsjećajući ih na pravila i ohrabrujući ih na izražavanje vlastitih osjećaja na primjeren način.
3. Razgovarajte s djecom o vrijednostima i ponašanjima koja su u skladu s tim vrijednostima.
4. Pohvaljajte asertivno ponašanje djece.
5. Omogućite situacije u kojima će djeca imati priliku vježbati asertivno ponašanje.
6. Ohrabrujte rasprave o osjećajima, očekivanjima i problemima djece.
7. Potičite djecu na preuzimanje odgovornosti za vlastito ponašanje.
8. Neka svako dijete otvori svoju mapu (portfolio) u koju će spremati svoje radove (nakon izložbi i aktivnosti).
9. Na vidljivo mjesto stavite sljedeće slogane:
“Nećemo riješiti problem napadajući nekog – to će samo pogoršati situaciju!”
“Razlikujmo problem od osobe – usmjerimo se na problem!”
“Kad se slažemo, svi su pobjednici!”
10. Izradite crteže povezane sa sloganima.

Cjelina 1. Izražavanje osjećaja i potreba

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- prepoznati vlastite želje i načine njihova ostvarivanja
- prepoznati razliku između želja i potreba
- znati kako se ponašati da bi zadovoljili vlastite potrebe.

Aktivnost 1. Drvo života

Cilj učenja

Prepoznati vlastite želje i načine njihova ostvarivanja.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

izraziti vlastite želje.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke Zelde i Sherlocka za ruke ili prste, veliki plakat s nacrtanim stablom, papiri u boji i bojice ili pastele za svako dijete, ljepilo, radni listić *Drvo života*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Recite djeci da se okupe oko plakata na kojem je nacrtano drvo. Pokažite im drvo i kažite: „Evo, ovo je naše grupno drvo. Ako bolje pogledate, ono je sasvim golo i tužno. Hoćemo li pomoći drvetu da prolista?“
3. Djeca imaju zadatak da zamisle neku želju koju bi željela ostvariti. Neka odaberu papirić u boji koja im se sviđa pa na papirić nacrtaju ili napišu svoju želju. Ako imaju više želja, mogu ih nacrtati ili napisati na više papira.
4. Kada završe s crtanjem ili pisanjem, pozovite ih da na drvetu pronađu pravo mjesto za svoje želje i zalijepite listiće. Pitajte djecu je li drvo sada ljepše, veselije? Recite im da biste željeli da drvo naraste i ispuni sve dječje želje. Ali, zemlja i korijenje drveta su ostali pusti. Pitajte ih što će i tko će hraniti drvo? Što je potrebno drvetu da može hraniti njihove želje? Potaknite ih da promisle o aktivnostima koje su važne za ostvarenje njihovih želja (da uče, da se zdravo hrane,

da slušaju roditelje, učitelje, da se brinu o drugima i o sebi, da budu pažljivi ...).

5. Odgovore djece zapišite na dno plakata tako da se stvori korijenje drveta. Potaknite ih da nabrajaju osobine, ponašanja, osobe koje su im potrebne da zadovolje svoje želje.
6. Pročitajte naglas sve što ste zapisali i pitajte djecu što mogu već danas učiniti da se približe ostvarenju svoje želje.



Podijelite djeci listiće i predložite im da uz pomoć roditelja naprave *drvo života* njihove obitelji. Sutradan ispunjene listiće *Drvo života* stavite u portfolio djece.



DRVO ŽIVOTA

Molimo vas, pomozite svojem djetetu da nacрта obiteljsko drvo života tako da grane okitite vašim zajedničkim željama, a korijen drveta načinima na koje želje možete ostvariti.

A large, empty rectangular area outlined with a dashed orange border, intended for a child to draw a family tree of life.

Aktivnost 2. Pusti otok

Cilj učenja

Prepoznati razliku između želja i potreba.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

razlikovati ono što želim i ono što trebam.

Razina:

Srednja

Potreban pribor:

Slike iz radnoga listića Što uzeti na pusti otok?, košara (opcionalno), ploča ili blok-ploča (*flip chart*), radni listić *Pusti otok*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite djecu u parove. Recite im da su odabrani da odu na pusti otok i ondje organiziraju svoju zajednicu. Sa sobom moraju ponijeti ono što im je potrebno da bi mogli živjeti i razvijati se. Budući da na brodu nema dovoljno mjesta, ne mogu uzeti sa sobom sve stvari s popisa, nego samo 12. Stoga se moraju odlučiti koje stvari neće ponijeti sa sobom. Te crteže mogu precrtati ili baciti u košaru.
3. Sada ih obavijestite da još uvijek na brodu nema dovoljno mjesta i da mogu sa sobom ponijeti samo 6 stvari koje smatraju najpotrebnijim te ponovno moraju odlučiti koje će stvari ponijeti, a koje ostaviti.
4. Pozovite djecu u krug. Pitajte ih koje su stvari odbacivali u prvom krugu. Zapišite odgovore na ploču ili blok-ploču (*flip chart*). Potom ih pitajte koje su stvari odbacivali u drugom krugu? Što je ostalo na popisu? Zašto su im te stvari važne? Koja je razlika između potreba i želja? Što je važnije?
5. Završite aktivnost igrom *crtā dojmova*. Nacrtajte na ploču ili blok-ploču (*flip chart*) dugačku crtu. Na lijevi kraj crte napišite „iz ove aktivnosti nisam ništa naučio/la“, a na desni „iz ove aktivnosti sam puno naučio/la“. Neka svako dijete stavi znak na dio crte koji najbolje opisuje njegov odgovor.



Podijelite djeci radne listiće i predložite im da razgovaraju s roditeljima koje bi oni stvari ponijeli i koje bi osobe povel i sa sobom na pusti otok (najviše 5). Recite im da to napišu ili nacrtaju na svoj listić.

ŠTO UZETI NA PUSTI OTOK?









PUSTI OTOK

Molimo vas, pomozite svojemu djetetu da napiše popis ili nacрта stvari i osobe (najviše 5) koje bi željelo uzeti sa sobom na pusti otok.

Five large, empty rectangular boxes with dashed orange borders, intended for writing a list of items or people to take to a deserted island.



Aktivnost 3: Želim ... trebam – postojim!

Cilj učenja

Znati kako se ponašati da bi zadovoljili vlastite potrebe.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

poduzeti ono što je potrebno da bih zadovoljio/la vlastite potrebe.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Stolci (jedan manje no što je djece), kutijice ili omotnice s ispisanim izrekama (primjeri izreka nalaze se na radnom listiću *Izreke*, za svako dijete jedna, košara, 4 simbola za potrebe (ljubav, sloboda, zabava, poštovanje), radni listić *Želim.... trebam – postojim!*



1. Rasporedite po prostori simbole koji označavaju četiri potrebe.
2. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
3. Stavite u košaru kutijice ili omotnice s ispisanim izrekama.
4. Neka svako dijete pročita svoju izreku i kaže što o njoj misli. Potaknite ih da komentiraju izreku u odnosu na djecu koja su izložena riziku socijalne isključenosti jer su različita od većine – bilo zato jer su siromašna, jer imaju teškoće u razvoju, teško uče, dolaze iz migrantskih obitelji, pripadaju drugačijoj kulturi (npr. Romi), darovita su i drugo. Postavite im pitanja koja će ih potaknuti na promišljanje o mogućnostima da i ta djeca zadovolje svoje potrebe (npr.: Misliš li da slijepo dijete može biti uspješno?, Vjeruješ li da dijete iz romske obitelji ima sve što mu treba?, Što misliš, imaju li sva djeca priliku biti zadovoljna?, Kako zamišljaš uspjeh dječaka u invalidskim kolicima?)
5. Kad su sve izreke pročitane i prokomentirane, neka svako dijete svoju izreku stavi uz simbol potrebe kojoj, prema njegovu mišljenju, pripada.



Podijelite djeci radne listiće i predložite im da pitaju svoje roditelje koje im se izreke sviđaju i zašto (nevezano uz izreke koje su bile uključene u aktivnost). Neka na listić upišu najmanje tri izreke i donesu ih u školu. Ispunjene listiće prokomentirajte i spremite u portfolio.

IZREKE

Mogući primjeri izreka:

- Ako je moja dužnost učiti, moje je pravo igrati se.
- Biti jednak prema različitim, jednako je nepravedno kao biti različit prema jednakima.
- Gdje siješ ljubav, izraste veselje.
- Uspjeh nije ono što imaš, nego ono što jesi.
- Ljubav je sreća koju dajemo jedni drugima.
- Misli, ali dopusti i drugima da misle.
- Moramo vjerovati u svoje snage.
- Planinu će pomaknuti onaj tko je u početku pomicao kamenčiće.
- Radost će biti tvoja večera ako si korisno proživio dan.
- Tvoja osobnost počinje ondje gdje uspoređivanje s drugima završava.
- Svatko ima toliko prava koliko ima moći.
- Svi darovi ne mogu zamijeniti jedan trenutak zadovoljstva.
- Koristite darovitost koju posjedujete. Šume bi bile tihe kada bi pjevale samo ptice koje pjevaju najbolje.
- Nije sretan onaj tko ima sve, već je sretan onaj koji zna koristiti ono što ima.
- Ako ne možeš prihvatiti neku osobinu, prihvati bar osobu jer svaka osoba ima više osobina, uključujući one dobre.
- Ne slažem se s onim što misliš, ali ću do kraja braniti tvoje pravo da to kažeš.





ŽELIM ... TREBAM – POSTOJIM!

Molimo vas da kažete svojem djetetu koje vam se izreke sviđaju i zašto.

Izreke koje se sviđaju mojim roditeljima:



Cjelina 2. Zauzimanje za sebe

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- zauzeti se za sebe koristeći riječ NE u obrani vlastitih prava
- uočiti razliku između zauzimanja za sebe na učinkovit i na neučinkovit način ili na štetu drugih
- asertivno se ponašati.

Aktivnost 1. Stisnuta šaka

Cilj učenja

Zauzeti se za sebe koristeći riječ NE u obrani vlastitih prava.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

reći NE kako bih zaštitio/la sebe i svoja prava.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Radni listić *Stisnuta šaka*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite djecu u dvije jednake skupine. Neka jedna skupina ostane u učionici, a druga neka kratko izađe. Skupini koja ostane u učionici recite da na vaš znak (pljesak) stisnu šaku i da je ne smiju otvoriti ni pod koju cijenu. Izađite iz učionice i drugoj skupini recite da na vaš znak nagovore dijete s kojim će biti u paru da otvori šaku, služeći se svim sredstvima, strategijama i metodama kojima se inače koriste kada nešto žele dobiti.
3. Uđite u učionicu sa skupinom djece i podijelite ih u parove, tako da svako dijete stisnute šake bude u paru s djetetom koje će ga nagovarati da otvori šaku. Dajte dogovoreni znak. Pustite djecu da komuniciraju 3-5 minuta (ovisno o raspoloženju djece) pa prekinite igru.
4. Pozovite djecu da sjednu u krug. Pitajte ih jesu li otvorila šaku. Razgovarajte postavljajući pitanja:

- Što ste sve radili da biste nagovorili svojega para da otvori šaku? Kako ste se tada osjećali?
 - Na što ste mislili kad ste imali stisnutu šaku? Kako ste se tada osjećali?
 - Koja vam ponašanja nisu pomogla u nagovaraju?
 - Koja su vam ponašanja pomogla u nagovaranju?
5. Završite razgovor potičući djecu na zaključak o tome kada ih netko može nagovoriti da naprave nešto protiv svoje volje? Što tada trebaju učiniti?



Podijelite djeci radne listiće i predložite im da se kod kuće uz pomoć roditelja prisjete situacije u kojoj su od roditelja dobili što su željeli. Neka nacrtaju ili napišu kako je to izgledalo. Sutradan listiće stavite u portfolio djece.



STISNUTA ŠAKA

Molimo vas da pomognete svom djetetu da se prisjeti situacije u kojoj je od vas dobilo što je željelo. Neka nacrtati ili napiše kako je to izgledalo.



Aktivnost 2. Imam pravo

Cilj učenja

Uočiti razliku između zauzimanja za sebe na učinkovit i na neučinkovit način ili na štetu drugih.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

uvidjeti važnost zauzimanja za vlastite potrebe bez ugrožavanja potreba drugih osoba.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Veliki plakat s pravima napisanim na radnom listiću *Moja prava*, radni listić *Imam pravo*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje djece.
2. Na vidljivo mjesto u prostoriji stavite veliki plakat koji sadrži popis strategija dobrog izbora i zauzimanja za sebe (na radnom listu *Moja prava*). Naglasite da zauzimanje za sebe ne može biti na štetu drugih osoba.
3. Podijelite djecu u tri skupine. Svakoj skupini kažite sljedeće: Uživite se u ulogu osobe koja ima jednu ili više sljedećih karakteristika:
 - PRVA SKUPINA: Rugaš se i ismijavaš sve koji su na neki način drugačiji od većine, guraš takvu osobu iz svojega društva, sklon si tučnjavi i naguravanju, prisiljavaš slabije da rade ono što ne žele, uništio si stvari nekolicini osoba iz razreda jer si zbog nečega bio ljut, voliš se osvećivati, lako planeš, praviš se važan i želiš biti glavni u razredu, često širiš lažne glasine o nekoj djeci iz razreda, psuješ i sl.
 - DRUGA SKUPINA: Plah si, povučen, sramežljiv, često sam, fizički slabiji, siromašan, nesiguran, tih, nespretn na školskom dvorištu, nemaš dobre ocjene i sl.
 - TREĆA SKUPINA: Imaš samopouzdanja, znaš se zauzeti za sebe, miran si, staložen, dobronamjeren, pomažeš drugima, dobar i pouzdan prijatelj, poštuješ sve pa i one koji se razlikuju od većine, omiljen si u društvu.
4. Potom čitajte navode s plakata *Imam pravo* a uz svako pravo jedan član svake skupine treba navesti ponašanja karakteristična za osobe u čije su se uloge uživjeli (izgovore izmišljenu rečenicu kako bi to učinio lik koji predstavljaju). Osim na sadržaj poruke, djeca trebaju obratiti pažnju i na ton glasa, način izgovaranja, geste. Uvijek prvo rečenice izgovaraju djeca iz prve, zatim djeca iz druge i na kraju djeca iz treće skupine.
5. Kad prođete sva prava, pitajte djecu kako su se osjećala u svojim ulogama. Raspravu potaknite sljedećim pitanjima:
 - Koje su vam uloge bile najlakše, a koje najteže?

- Kako biste opisali djecu iz prve skupine, kako djecu iz druge skupine, a kako djecu iz treće skupine?
 - Koja vam se skupina najviše sviđa? Zašto?
 - Što uobičajeno radimo kad nas netko izaziva i prema nama se loše ponaša? Što je u tim situacijama djelotvorno?
6. Potaknite djecu da uoče razliku između zauzimanja za sebe na učinkovit ili na neučinkovit način ili na štetu drugih.



Podijelite djeci listiće i predložite im da svatko za sebe napiše svoja 3 zlatna pravila o zauzimanju za sebe. Kad ih donesu u školu, prokomentirajte ih i stavite ih u njihov portfolio.

MOJA PRAVA

Imam pravo:

- TRAŽITI ONO ŠTO ŽELIM – čak i ako to nikada ne dobijem.
- IZREĆI SVOJE IDEJE – čak i kada ljudi mogu misliti da su glupe.
- NA SVOJE OSJEĆAJE – čak i kad drugi misle da se ne bih trebao tako osjećati.
- GRIJEŠITI – osobito ako sam učinio sve što je bilo u mojoj moći.
- POKUŠATI PONOVO – čak i ako drugi misle da neću uspjeti.
- PREDOMISLITI SE PONEKAD – čak i ako drugi misle da to ne bih trebao.
- BITI UVAŽAVAN/A I TRETIRAN/A S POŠTOVANJEM – čak i kad se kritizira neki moj postupak.
- REĆI NEKADA NE, I NE OSJEĆATI KRIVICU.
- ŽALITI SE KADA NEŠTO NIJE POŠTENO – čak i kad to moram prihvatiti.
- BITI PONOSAN/PONOSNA NA SVOJE USPJEHE – čak i kad to uznemiruje one od kojih sam bolji/bolja.



Aktivnost 3: Izbor najboljega ponašanja

Cilj učenja

Asertivno se ponašati.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

zastupati sebe.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Radni listić *Situacije* s opisom različitih situacija iz dječjega života, radni listić *Izbor najboljega ponašanja*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite djecu u parove i svakomu paru dajte listić *Situacije*. Pitajte ih kako bi oni opisali asertivno, a kako popustljivo i agresivno ponašanje. Recite im neka u paru procijene radi li se o asertivnom, popustljivom ili agresivnom ponašanju. Kad završe svoje procjene i slože se oko njih, djeca daju prijedloge za asertivno rješenje u onim situacijama u kojima su procijenili da se radi o agresivnome ili popustljivome ponašanju.
3. Potom djeca predlažu ja-poruke (koje ponašanje ih smeta, kako se pritom osjećaju, što predlažu) u situacijama koje su se odnosile na agresivno/popustljivo ponašanje.



Podijelite djeci radne listiće i predložite im da s roditeljima rasprave jednu situaciju u kojoj se nisu složili. Recite im da na listić zapišu barem jednu ja-poruku kojom bi izrazili svoje neslaganje s roditeljima.

SITUACIJE

Vesna se vraća iz škole i jako je gladna. Ručak još nije gotov. Danas tata kuha svoj specijalitet, ali treba bar još pola sata. Vesna kaže: „Obožavam tvoj specijalitet, ali jako sam gladna. Pojest ću jogurt dok čekam ručak.“

Davor piše zadaću i treba mu pomoć. Pita stariju sestru, ali ona mu kaže da sad za njega nema vremena. On se izdere: „Pa da, za mene nikad nemaš vremena. Samo na sebe misliš.“

Filip i Sara su brat i sestra, dijele sobu. Sara piše zadaću, a Filip sluša glazbu. Sara ga moli da stiša glazbu, ali on odbija. Sara odlazi pisati zadaću u kuhinju.

Una je trogodišnja djevojčica. Voli se ljuljati na ljuljački. Čim dođe u park, trči k ljuljački i viče: „Moja je, moja je!“ premda je druga djevojčica upravo došla do ljuljačke i želi sjesti na nju.

Lisa je pozvana prijateljici na ručak. Lisa ne jede meso. Prijateljčina mama pripremila je piletinu s povrćem. Lisa pita: „Imate li povrća koje se nije peklo s mesom? Ja bih to mogla jesti za ručak.“





IZBOR NAJBOLJEGA PONAŠANJA

Molimo vas da raspravite sa svojim djetetom jednu situaciju u kojoj se niste složili. Pomozite mu da napiše barem jednu ja-poruku kojom bi izrazilo svoje neslaganje s vama.

KADA

OSJEĆAM SE

ŽELJELA/ŽELIO BIH DA



Cjelina 3. Asertivno rješavanje sukoba

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- prepoznati učinkovite načine rješavanja sukoba
- uočiti da je neverbalna komunikacija također važna za učinkovito rješavanje sukoba
- nenasilno i asertivno rješavati sukobe.

Aktivnost 1. Sukob i ja

Cilj učenja

Prepoznati učinkovite načine rješavanja sukoba.

Ishodi učenja. Nakon ove aktivnosti moći ću:

prepoznati kako učinkovito riješiti sukob.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Radni listić *Uloge* s napisanim ulogama (svaka se uloga zasebno izreže, različita djeca mogu imati iste uloge) ili papirići s napisanim riječima za alternativnu verziju ove aktivnosti kao što je opisano u napomeni, kutijica za listiće, veća vrećica bombona ili voće, radni listić *Sukob i ja*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Stavite uloge u kutiju. Podijelite djecu u parove ili trojke, ovisno o broju djece. Neka svako dijete iz kutijice izvuče jedan listić, uz uputu da nitko ne smije znati što na njegovom listiću piše.
3. Sad zamolite djecu da se užive u ulogu koju su dobili na svojem listiću.
4. Kada su djeca spremna, recite im da je njihov zadatak da razgovaraju s djecom s kojom su uparena o mogućim načinima rješenja sljedeće situacije:

Zelda je svojemu prijatelju Sherlocku posudila CD njezine omiljene grupe. Kad joj je Sherlock vratio CD, drugi su to vidjeli i rugali se Zeldi se što sluša tu grupu. Glasno su joj pjevali, ponavljajući poznate refrene nekih pjesama, oteli joj CD i s njim se dobacivali dok se na kraju CD nije razbio.

5. Recite djeci da imaju 10 minuta za razgovor o mogućim rješenjima i još jednom ih podsjetite da u razgovoru sudjeluju iz perspektive svoje uloge.

6. Kad je vrijeme isteklo, pitajte djecu kako su se snašla u svojoj ulozi. Jesu li mogli nositi „tuđe cipele“ i biti u tuđoj koži? Što im je bilo teško, a što lako?
7. Potom neka svaki par ili trojka predstavi svoje rješenje. Djeci dajte uputu da mašu rukama ako im se rješenje sviđa, odnosno ako se radi o rješenju koje je prihvatljivo i ne vodi u daljnji sukob. Ako se iznose neprihvatljiva rješenja, nema komentara ni reakcija.
8. Nakon što se sva djeca izredaju, razgovarajte s djecom o rješenjima koja su im se najviše sviđela i zašto. Potaknite ih na zaključak da je u sukobu uvijek važno sagledati situaciju iz više perspektiva i da prije donošenja pogrešnih zaključaka uvijek treba razmisliti o drugačijim mogućnostima.
9. Na kraju nagradite svu djecu bombonima ili voćem za sudjelovanje.

Napomena

Ukoliko smatrate da će djeci biti teško uživjeti se u tuđu ulogu, umjesto ove aktivnosti možete igrati igru *Dovršavanje riječi* na sljedeći način:

Svako dijete iz kutije uzme papir s napisanom riječi (prethodno pripremite papire s različitim riječima koje su povezane sa sukobom, npr.: mir, nesuglasica, svađa, prijateljstvo, suradnja ...). Recite djeci da nikome ne govore što je na njihovom papiriću. Kad su sva djeca uzela papir iz kutije, zamolite ih da stanu u krug i da svatko kaže: „Kad čujem riječ (dijete pročita riječ koja piše na njegovom papiriću), pomislim na“, a druga djeca jedan po jedan kažu sve što im padne na pamet kad čuju tu riječ.

Igra traje dok svako dijete ne kaže rečenicu koristeći riječ zapisanu na njegovu papiriću.



Podijelite djeci listiće s predlošcima za stripove. Recite im da uz pomoć roditelja smisle neki sukob i predlože rješenje koje bi bilo pošteno. U strip-kućice mogu sukob nacrtati ili napisati. Neka stripove donesu drugi dan u školu i stavite ih u djetetov portfolio.

ULOGI

Moguće uloge:

Ja sam Ivica i stalno svima upadam u riječ.

Ja sam Marina i jako sam sramežljiva.

Ja sam Milovan i imam govornu manu (mucam).

Ja sam Fatima i loše govorim hrvatski.

Ja sam Ian i nedavno sam se doselio iz Kine, radim puno pogrešaka dok govorim hrvatski.

Ja sam Ana i jako sam umišljena. Mislim da sam najpametnija i da svi moraju slušati moje ideje.

Ja sam Mislav i slabo čujem.

Ja sam Ivana i teško dišem kad govorim.

Ja sam Gustav i odličan sam glumac.

Ja sam Mirna i jako sam plašljiva. Stalno se bojim da će mi se netko rugati ako nešto kažem.

Ja sam





SUKOB I JA

Molimo vas, pomozite svojem djetetu da napravi strip u kojem je sukob riješen na način koji zadovoljava sve sukobljene strane.



Aktivnost 2. Zaboravljeni kolač

Cilj učenja

Uočiti da je neverbalna komunikacija također važna za učinkovito rješavanje sukoba.

Ishodi učenja. Nakon ove aktivnosti moći ću:

prepoznati da je za rješavanje sukoba važno obraćati pažnju i na neverbalne znakove ponašanja.

Razina

Srednja

Potreban pribor:

Radni listić *U slastičarnici*, radni listić *Zaboravljeni kolač* (dogovorene uloge potrebno je unaprijed uvježbati)



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Zamolite djecu-dobrovoljce s kojom ste već unaprijed dogovorili i uvježbali (npr. dan-dva ranije tako da svatko zna što točno treba činiti) da pred ostalom djecom odglume dogovorenu situaciju opisanu na radnom listiću *U slastičarnici* (ukupno četvero djece: jedno dijete će glumiti prodavača/slasičara, a ostalo troje djece će glumiti kupca, svatko u svojoj verziji).
3. Nakon što djeca odgledaju ova tri različita scenarija, pitajte ih kakav je koji kupac i po čemu su to sve mogli zaključiti (podsjetite ih da obrate pažnju i na sve ostalo, a ne samo na izgovorene riječi, mogu i sami odglumiti ono što su vidjeli kako bi naglasili to neverbalno što su zapazili).
4. Potaknite raspravu sljedećim pitanjima:
 - Što mislite, kako bi se svaka od te tri situacije mogla dalje odvijati ili riješiti?
 - Kako bi prodavač/slasičar mogao reagirati na te kupce i zašto?
 - Na koje sve načine, osim riječima, možemo komunicirati s drugima i kakva komunikacija nam pomaže da uspješnije riješimo sukobe?



Predložite djeci da razgovaraju s roditeljima o načinima koje bi im oni predložili da riješe neki sukob (npr. kad netko od njih stalno traži domaće zadaće da bi ih prepisao ili sl.). Neka razgovaraju s roditeljima jesu li to pasivni, agresivni ili asertivni načini rješavanja sukoba. Podijelite djeci radne listiće na koje upisuju pasivne, agresivne i asertivne načine rješavanja sukoba.

U SLASTIČARNICI

Primjeri mogućih situacija:

Dijete dolazi u slastičarnicu i traži dva kolača, ali prodavač/slastičar zabunom stavi samo jedan kolač u kutiju i zatvori je, a naplati mu oba.

Dijete koje kupuje kolače za to je vrijeme gledalo uokolo, pa nije vidjelo da je slastičar zaboravio drugi kolač.

Dijete izlazi iz slastičarnice, odmah otvara kutiju (ne može izdržati do doma da ih pojede) i vidi da je unutra samo jedan kolač. Vraća se u slastičarnicu i želi ukazati prodavaču na grešku.

Tri različita scenarija: svako dijete treba odglumiti svoju unaprijed uvježbanu ulogu u toj situaciji naglašavajući neverbalne aspekte komunikacije.

PRVI SCENARIJ: Pasivna komunikacija - dijete treba odglumiti nekog tko jako oklijeva, gleda u pod, pognutih je ramena, izbjegava kontakt očima, govori jako tiho i nesigurno.

DRUGI SCENARIJ: Agresivna komunikacija – dijete jako viče, mršti se i ljutito gleda prodavača, maše rukama, prijeti, naginje se prema prodavaču i unosi mu se u lice.

TREĆI SCENARIJ: Asertivna komunikacija – dijete je opušteno i uspravno se drži, ima osmijeh na licu, gleda prodavača u oči te govori jasno i prijateljskim tonom što se dogodilo.





ZABORAVLJENI KOLAČ

Molimo vas, porazgovarajte sa svojim djetetom o različitim načinima na koje se mogu riješiti sukobi (npr. netko od njih stalno traži domaće zadaće da bi ih prepisao ili sl.). Potaknite dijete da opiše jedan način pasivnoga, jedan način agresivnoga i jedan način asertivnoga rješavanja sukoba te da ih upiše u radni listić.

Primjer **pasivnoga** načina rješavanja sukoba:

Primjer **agresivnoga** načina rješavanja sukoba:

Primjer **asertivnoga** načina rješavanja sukoba:



Aktivnost 3: Napuštaj brod!

Cilj učenja

Nenasilno i asertivno rješavati sukobe.

Ishodi učenja. Nakon ove aktivnosti moći ću:

zauzeti se za vlastite potrebe, ali bez ugrožavanja potreba drugih.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Papir i olovka za svako dijete



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite djecu na jednake male skupine ili parove, ovisno o broju djece. Recite im da zamisle da se nalaze u brodu koji samo što nije potonuo. Imaju čamac za spašavanje, ali sa sobom smiju ponijeti samo deset stvari s broda. Neka svako dijete za sebe napiše 10 predmeta koje bi željelo ponijeti sa sobom.
3. Nakon toga trebaju pregovarati sa svakim članom skupine što mogu, a što ne mogu uzeti sa sobom. Recite djeci da sa svojih popisa prvo izabiru stvari koje su svima zajedničke, a tek potom biraju one koje im nisu zajedničke. Ukupno svaka skupina smije izabrati samo 10 stvari za konačan popis.
4. Kad završe, pozovite djecu da se vrate u veliku skupinu. Sad im je zadatak da po istom obrascu izaberu 10 zajedničkih predmeta koje će ponijeti sa sobom.
5. Razgovarajte s djecom o tome kako su birali predmete, kako su se osjećali, kako su se zauzimali za predmete koji su njima važni. Pitajte ih jesu li zadovoljni konačnom listom, kako su vodili pregovore i sl. Potaknite ih na zaključak o važnosti zauzimanja za vlastite potrebe, bez ugrožavanja potreba drugih.



Predložite djeci da s roditeljima tijekom vikenda pokušaju odigrati ovu istu igru uz uputu da se prave da se jako ljute ako roditelji ne žele neku njihovu stvar uzeti i da budu jako uporni u tome da se baš njihove stvari moraju uzeti s broda. Neka obrate pažnju na to kako se roditelji ponašaju kad se oni počnu ljutiti – popuštaju li, uvjeravaju, viču? Jesu li roditelji pokušali i uspjeli riješiti taj problem na miran način?

Evaluacijski listić učitelja/ice

Ime i prezime djeteta: _____	0: Nije primijećeno /ne primjenjuje se 1: Usvaja
Datum popunjavanja: _____	2: Postignuto 3: Trajno uspostavljeno

Upute: Popunite listu za svako dijete kada završite **Temu 1. Razvoj komunikacijskih vještina**

1. RAZVOJ KOMUNIKACIJSKIH VJEŠTINA	
1.1. UČINKOVITA KOMUNIKACIJA	Razina 0,1,2 ili 3
1.1.1. Učinkovito slušanje	
1.1.1.O ¹ . Dijete može strukturirati primljenu poruku i prenijeti je bez promjena i pogrešaka.	
1.1.1.S. Dijete može gledati sugovornika u oči, strpljivo slušati i parafrazirati.	
1.1.1.N. Dijete može primijetiti i razumjeti neverbalne znakove u komunikaciji s drugima.	
1.1.2. Razumijevanje emocija u komunikaciji	
1.1.2.O. Dijete uviđa da se drugima može pomoći na različite načine.	
1.1.2.S. Dijete može razviti osjetljivost za potrebe drugih i potaknuti ih da ostvare svoj cilj.	
1.1.2.N. Dijete može reagirati na potrebe osoba koje trebaju pomoć.	
1.1.3. Razmjena ideja, suradnja i pregovaranje	
1.1.3.O. Dijete može pronaći rješenje koje je prihvatljivo za sve koji su uključeni u problemsku situaciju.	
1.1.3.S. Dijete može pregovarati o rješenjima koja nikoga neće povrijediti.	
1.1.3.N. Dijete može razmjenjivati ideje i surađivati u zajedničkom rješavanju problema.	

1.2. ASERTIVNOST	
1.2.1. Izražavanje osjećaja i potreba	
1.2.1.O. Dijete može prepoznati vlastite želje i načine njihovoga ostvarivanja.	
1.2.1.S. Dijete može prepoznati razliku između želja i potreba.	
1.2.1.N. Dijete može znati kako se ponašati da bi zadovoljio/la vlastite potrebe.	
1.2.2. Zauzimanje za sebe	
1.2.2.O. Dijete se može zauzeti za sebe uz korištenje riječi NE u obrani vlastitih prava.	
1.2.2.S. Dijete može uvidjeti važnost zauzimanja za vlastite potrebe bez ugrožavanja potreba drugih osoba.	

1 O = Osnovna razina, S= Srednja razina, N = Napredna razina

1.2.2.N. Dijete se može asertivno ponašati.	
1.2.3. Asertivno rješavanje sukoba	
1.2.3.O. Dijete može prepoznati učinkovite načine rješavanja sukoba.	
1.2.3.S. Dijete može uočiti da je neverbalna komunikacija također važna za učinkovito rješavanje sukoba.	
1.2.3.N. Dijete može nenasilno i asertivno rješavati sukobe.	

Djetetove jake strane:

Djetetove potrebe:

Razvojni ciljevi:

Djetetova samoprocjena

























Ime i prezime djeteta: _____	Ne Ponekad Da
Datum popunjavanja: _____	

RAZVOJ KOMUNIKACIJSKIH VJEŠTINA - UČINKOVITA KOMUNIKACIJA

Učinkovito slušanje		
Označi lice koje te najbolje opisuje:	Mogu	Sviđa mi se
Mogu primiti poruku i prosljediti je tako da izbjegavam promjene i pogreške.		
Mogu razumjeti što govornik točno želi reći.		
Mogu primijetiti i razumjeti neverbalne znakove u komunikaciji.		
Razumijevanje emocija u komunikaciji		
Mogu pomoći drugima na razne načine.		
Mogu nekoga potaknuti da ispuni svoj cilj.		
Mogu pomoći onima koji imaju teškoće.		
Razmjena ideja, suradnja, pregovaranje		
Mogu predložiti više od jednog rješenja nekog problema.		
Mogu naći rješenje problema koje nikoga od uključenih neće povrijediti.		
Mogu u suradnji s drugima naći najbolje rješenje problema.		

RAZVOJ KOMUNIKACIJSKIH VJEŠTINA – ASERTIVNOST

Izražavanje osjećaja i potreba		
Mogu izraziti vlastite želje i načine kako ih ispuniti.		
Mogu razlikovati ono što želim i ono što trebam.		
Mogu poduzeti ono što je potrebno da bih zadovoljio/la vlastite potrebe.		
Zauzimanje za sebe		
Mogu reći NE, kako bih obrani/la sebe i svoja prava.		
Mogu uočiti razliku između zauzimanja za sebe na učinkovit i na neučinkovit način ili na štetu drugih.		




Mogu zastupati sebe.	  	  
Asertivno rješavanje sukoba		
Mogu prepoznati kako učinkovito riješiti sukob.	  	  
Mogu prepoznati da je za rješavanje sukoba važno obraćati pažnju i na neverbalne znakove ponašanja.	  	  
Mogu se zauzeti za vlastite potrebe, ali bez ugrožavanja potreba drugih.	  	  

Svidjelo mi se učiti o:

Htio/htjela bih poboljšati:

TEMA 2. Uspostavljanje i održavanje zdravih odnosa

Podtema 1. Zdravi odnosi

 CJELINA 1	 CJELINA 2	 CJELINA 3
Stvaranje i održavanje prijateljstva	Prosocijalno ponašanje	Održavanje odnosa povjerenja i sigurnosti

Podtema 2. Suradničke vještine, empatija i moralno rasuđivanje

 CJELINA 1	 CJELINA 2	 CJELINA 3
Dijeljenje s drugima, suradnja i timski rad	Empatija	Etično, odgovorno i moralno ponašanje

PODTEMA 1. Zdravi odnosi

Aktivnosti u ovoj podtemi osmišljene su kako bi potakle razvoj prosocijalnih vještina koje doprinose izgradnji čvrste mreže pozitivnih odnosa. Ključna područja na koja su ove aktivnosti usmjerene su: stvaranje i održavanje prijateljstava, pružanje i traženje potpore, njegovanje odnosa te inkluzivnoga i podupirućega razrednog ozračja. Odnosi su jako važan izvor dobrobiti djece jer pomažu u smanjivanju i sprečavanju posljedica stresa te u rješavanju i suočavanju s poteškoćama. Djeca koja su uspješna u izgradnji i održavanju pozitivnih odnosa s prijateljima i vršnjacima stječu bolje socijalne vještine, imaju razvijeniju samosvijest i svijest o drugima te u stresnim situacijama pribavljaju i koriste emocionalnu podršku u većem stupnju (Doll i sur., 2004). Osim toga, emocionalna potpora štiti djecu od negativnih učinaka neugodnih događaja. Zahvaljujući pozitivnim društvenim interakcijama i potpori djeca vjeruju da su voljena, da se o njima netko brine i da ih se cijeni te se smatraju dijelom zajednice koja im pruža podršku i razumijevanje. Brižni odnosi bitan su temelj i akademskome i socioemocionalnome razvoju jer se kroz njih njeguju toplina i prisnost te osjećaj sigurnosti.

U prvoj cjelini djecu se potiče da promisle o vrijednosti prijateljstva što im omogućava da razviju i ojačaju strategije za izgradnju, održavanje i zaštitu pozitivnih odnosa s prijateljima te da se uspješno nose sa situacijama koje bi mogle ugroziti prijateljstvo. Predmet druge cjeline je razvoj prosocijalnih vještina kojima se pruža, ali i traži podrška u teškim situacijama. Kroz aktivnosti koje su navedene u trećoj cjelini djeca imaju priliku naučiti cijeniti druge, vjerovati im i brinuti se o njima u uzajamno brižnom odnosu. Kroz ove aktivnosti, starija djeca također mogu usvojiti vještine koje će im omogućiti da cijene i poštuju individualne i kulturološke razlike. Treća cjelina završava aktivnostima koje se bave kvalitetom razrednoga ozračja. Ono se smatra produktom uvjerenja, vrijednosti i stavova koji se javljaju prilikom socijalnih interakcija između djece i učitelja. Aktivnosti su usmjerene na stvaranje razrednoga ozračja koje se temelji na povjerenju i osjećaju pripadnosti.

CJELINA 1. STVARANJE I ODRŽAVANJE PRIJATELJSTVA

Ciljevi učenja

- prepoznati kako se može graditi međusobno povjerenje
- uvidjeti važnost veze između iskrenosti, povjerenja i prijateljstva
- objasniti kako se nositi s izdajom te kako opraštati drugima.

CJELINA 2. PROSOCIJALNO PONAŠANJE

Ciljevi učenja

- opisati kako pomoći nekome u nevolji
- navesti strategije pomaganja drugima koji doživljavaju diskriminaciju
- objasniti načine pružanja podrške prijateljima.

CJELINA 3. ODRŽAVANJE ODNOSA POVJERENJA I SIGURNOSTI

Ciljevi učenja

- opisati načine pokazivanja brige i zanimanja za druge
 - procijeniti pozitivne karakteristike svojega razreda
 - brižno postupati prema vršnjacima iz razreda.
-

Savjeti za učitelje/učiteljice

1. Sukobi i nesporazumi neizbježan su dio društvenoga života djece. Dajte djeci priliku da sami vode brigu i održavaju svoja prijateljstva. Ako primijetite da se svađaju, dajte im vremena da poprave i obnove odnos. Organizirajte igre u kojima mogu surađivati kako bi postigli zajednički cilj.
2. Stvorite brižno razredno ozračje tako što ćete prihvaćati osjećaje djece te i sami pokazivati pozitivne i tople osjećaje.
3. Za vrijeme nastave likovnoga odgoja djeca mogu izraditi pohvalnice za pružanje pomoći drugim osobama u razredu ili izvan njega.
4. Potičite djecu da cijene druge, pogotovo svoje vršnjake iz razreda. Mogu primjerice nazvati bolesnu djecu da ih pitaju kako su, napraviti im dopisnice sa željama za brz oporavak, zajedno slaviti rođendane i sl.
5. Možete organizirati mjesečne sastanke na kojima djeca različite dobi surađuju u mentoriranim aktivnostima. Starijem djetetu (mentor) dodijelite mlađe (mentorirani) koje će savjetovati i pomagati mu. Ovakve aktivnosti također pomažu u razvoju socijalnih i emocionalnih vještina djece.

Cjelina 1. Stvaranje i održavanje prijateljstva

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- prepoznati kako stvarati međusobno povjerenje
- uvidjeti važnost veze između iskrenosti, povjerenja i prijateljstva
- objasniti kako se nositi s izdajom i kako opraštati drugima.

Aktivnost 1. Igra povjerenja

Cilj učenja

Prepoznati kako se gradi međusobno povjerenje.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati kako se stvara međusobno povjerenje.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Povez za oči, radni listić *Stvar povjerenja*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Kao uvod u temu najavite djeci da će odigrati igru koja će im pomoći da razumiju zašto je važno imati povjerenja u svoje prijatelje.
3. Recite djeci da je vaš zajednički zadatak najprije pripremiti stazu s preprekama koristeći se predmetima koje već imate u učionici, kao što su knjige i stolice. Pripazite da sve bude sigurno.
4. Nakon što ste napravili stazu, podijelite djecu u parove i zamolite ih da se prime za ruke. Stavite povez na oči po jednom djetetu u svakome paru (ili dajte djeci da to učine, svatko u svojem paru). Dijete koje nema povez na očima će biti vodič „slijepom” djetetu.
5. Dajte djeci uputu da je njihov zadatak polako prijeći stazu, i dok se drže za ruke, zaobići ili preskočiti svaku prepreku. Dijete koje nema povez na očima treba pomagati djetetu s povezom tako što će mu davati upute što da radi i kuda da ide. Svako dijete treba proći stazu dva puta, i kao vodič i kao „slijepo” dijete.

6. Kada igra završi, razgovarajte o njoj postavljajući djeci sljedeća pitanja:
 - Kako vam se svidjela ova igra?
 - Kako ste se osjećali kao vodič?
 - Kako ste se osjećali kao „slijepo” dijete?
 - Koja vam je uloga bila draža? Zašto?
7. Prikupite sve ideje na jedan plakat. Usredotočite se na osjećaje koji se javljaju uz svaku ulogu i na to jesu li oni slični ili različiti. Tijekom razgovora istaknite kako je važno da se vodič ponaša odgovorno prema djetetu s povezom na očima jer se od toga djeteta tražilo da ima povjerenja u vodiča odnosno da se pouzda u njega/nju i izloži fizičkim rizicima.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i zamolite ih da razgovaraju s roditeljima kako prepoznati osobe u koje mogu imati povjerenja i da zajednički izrade popis osobina koje bi te osobe trebale imati i/ili pokazivati.



STVAR POVJERENJA

Molimo vas razgovarajte sa svojim djetetom o tome kako da prepozna osobe u koje može imati povjerenja te pomozite djetetu da izradi popis osobina koje bi te osobe trebale imati ili pokazivati.

A large, empty rounded rectangle with an orange border, intended for a child to draw or write a list of characteristics for people they trust.

Aktivnost 2. Zašto da ti vjerujem?

Cilj učenja

Uvidjeti važnost veze između iskrenosti, povjerenja i prijateljstva.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati zašto biti dobar prijatelj ujedno znači i biti iskren.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Radni listić *Pravi prijatelj*, olovke, plakat, flomasteri, radni listić *Vjerujem mu/joj*



- Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
- Podijelite djecu u manje skupine i svakoj skupini podijelite radni listić *Pravi prijatelj*. Započnite aktivnost s radnim listićem *Pravi prijatelj*. Zamolite djecu da u skupinama razgovaraju o mogućim načinima na koje bi mogli dovršiti rečenice napisane na radnome listiću te da za vrijeme razgovora zapisuju svoje ideje na listić koji su dobili. Izgovorite te rečenice i naglas kako biste bili sigurni da su djeca razumjela:

Pravi prijatelj je ...

Pravi prijatelj radi...

Pravi prijatelj kaže....

Pravi prijatelj nije...
- Nakon što svaka skupina dovrši svoj listić, potaknite djecu na razgovor o kvalitetama i ponašanju dobrog prijatelja pitajući ih:
 - Zašto je važno biti iskren i odan svojim prijateljima?
 - Kako pokazujemo da imamo povjerenja u svoje prijatelje?
 - Kako vaši prijatelji pokazuju da imaju povjerenja u vas?
 - Zašto nekad nemamo povjerenja u svoje prijatelje?
 - Što vam pomaže da imate povjerenja u druge? Što drugima pomaže da imaju povjerenje u vas?
 - Je li nam povjerenje važno i u razredu?
 - Što možete poduzeti kako biste razvijali povjerenje? Kako možete pokazati da imate povjerenja u prijatelje iz razreda?
- Završite aktivnost tako da date djeci jedan veliki plakat na koji ste prethodno napisali naslov *Pravi prijatelj...* i zamolite ih da ga ispune poželjnim karakteristikama prijatelja na način da

prvo jedna skupina upiše karakteristike koje je odabrala kao važne, zatim pošalje plakat drugoj skupini da ona upiše svoje ideje i tako dalje dok sve skupine ne dođu na red. Nakon što završe, plakat možete izložiti na vidljivo mjesto u učionici.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i zamolite ih da razgovaraju s roditeljima o tome kako su roditelji pronašli osobe u koje su imali povjerenja te kako su prepoznali da u te osobe mogu imati povjerenja.

PRAVI PRIJATELJ...

...JE:

...RADI:

...GOVORI:

...NIJE:





VJERUJEM MU/JOJ

Molimo vas da poragovarate sa svojim djetetom o tome kako ste vi pronašli osobe u koje imate povjerenja te kako ste prepoznali da u te osobe možete imati povjerenja. Neka dijete opiše ili nacрта nešto od toga što ste mu/joj prepričali.

A large, empty rectangular area outlined with a dashed orange border, intended for a child to draw or write about people they trust.

Aktivnost 3. Prebroditi izdaju

Cilj učenja

Objasniti načine nošenja s izdajom i opraštanja.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

objasniti kako se nositi s izdajom i kako opraštati drugima.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Plakat, olovke ili flomasteri, radni listić *Iskusiti izdaju*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Zamolite djecu da se okupe u krug te im pročitate sljedeću priču:

Utrka

Paula i Kristijan su najbolji prijatelji. Upoznali su se u još vrtiću, a sada su kao tinejdžeri i dalje jednako bliski.

Jednoga se dana u školi održavala utrka. Paula u tome nije bila vješta pa je rekla učiteljici da joj nije dobro tako da ne bi morala sudjelovati u utrci.

Kristijan je bio brz i spretan. Svima je rekao da Paula laže zato što ona ne trči brzo. Paula je čula što je Kristijan rekao i osjetila se izdanom. „Mislila sam da si mi ti prijatelj, a ponio si se jako loše! Ne želim te više nikada vidjeti!” viknula je na njega i pobjegla.

Kristijan je shvatio da je zaista pogriješio, no nije znao što da radi.

3. Podijelite djecu u dvije skupine i jednoj skupini dajte uputu da zauzmu Paulino stajalište, odnosno da se pokušaju uživjeti u njezinu ulogu, a drugoj grupi recite da zauzmu Kristijanovo stajalište. Zatim im recite da u obje skupine rasprave o sljedećim pitanjima (pretvarajući se da su Paula odnosno Kristijan):
 - Što se dogodilo?
 - Zašto sam se ja tako ponašao/la?
 - Što sam osjećao/la?
 - Što sam mogao/la učiniti kako bi se to izbjeglo?
4. Nakon što rasprave ova pitanja, neka iznesu svoje viđenje situacije (onako kako misle da bi to Paula odnosno Kristijan vidjeli) te da objasne svoje stajalište. Njihove ideje zapišite na jedan plakat na kojem će ta dva stajališta biti odvojeno prikazana (podijelite plakat na dva stupca te iznad jednoga stupca napišite Paula, a iznad drugoga Kristijan).

5. Povežite temu doživljaja izdaje s osobnim iskustvima djece postavljajući im sljedeća pitanja:

- Jeste li se ikada osjećali izdano?
- Što se dogodilo?
- Kako se nosite s izdajom?
- Kako se pokušavate oporaviti od izdaje? Što vam u tome pomaže?

Kako biste povezali temu opraštanja nakon izdaje s osobnim iskustvima djece, pitajte ih:

- Jeste li ikada oprostili nekome nakon što vas je iznevjerio? Jeste li to učinili i kad osoba uopće nije pokazala da joj je žao zbog toga što je učinila?
- Mislite li da je važno opraštati? Zašto?
- Što za vas znači opraštati?

6. Zaključite aktivnost objašnjavajući djeci važnost suočavanja s neugodnim osjećajima koji se mogu javiti nakon izdaje. Istaknite važnost opraštanja koje je ključ za prevladavanje ljutnje.



Zamolite djecu da pitaju roditelje da se prisjete svojih školskih dana i pokušaju se sjetiti jesu li oni doživjeli da ih je tada izdao neki prijatelj ili prijateljica kojemu su vjerovali. Neka im prepričaju kako su se pri tome osjećali i kako su se nosili s tom situacijom. Što im je pomoglo da oprostite?



ISKUSITI IZDAJU

Molimo vas da se prisjetite svojih školskih dana i da prepričate svojem djetetu neku situaciju u kojoj ste doživjeli da je netko od vaših prijatelja (ili prijateljica) kojemu ste vjerovali izdao vaše povjerenje (ako se ne možete sjetiti toga perioda, to može biti i neki primjer koji ste doživjeli kasnije u životu). Prepričajte djetetu kako ste se pri tome osjećali i kako ste se nosili s tom situacijom. Što vam je pomoglo da oprostite? Razgovarajte s djetetom o važnosti opraštanja i o tome što dobroga opraštanje nosi sa sobom. Neka dijete napravi popis tih pozitivnih strana opraštanja u prostor na ovome listiću.



Cjelina 2. Prosocijalno ponašanje

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- opisati kako pomoći nekome u nevolji
- navesti strategije pomaganja drugima koji doživljavaju diskriminaciju
- objasniti načine pružanja podrške prijateljima.

Aktivnost 1. Kada je netko u nevolji

Cilj učenja

Opisati kako pomoći nekome u nevolji.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati kako pomoći nekome u nevolji.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Radni listić *Kako možeš pomoći?*, listovi papira, olovke, plakat, bojice, flomasteri, pastele, ljepilo, radni listić *Moj dnevnik - Pomaganje kod kuće*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite djecu u manje skupine ili u parove (ovisno o broju djece) te svakoj skupini (ili paru) podijelite jedan radni listić *Kako možeš pomoći?*
3. Zamolite djecu da u skupinama prouče situacije koje su opisane na radnome listiću, da razmisle kako bi mogli pomoći djeci koja su se našla u tim situacijama te da zapišu svoje ideje.
4. Razgovarajte o mogućim načinima pomoći koje su djeca navela i pitajte ih zašto su odabrali baš te načine.
5. Povežite temu pomaganja drugima s osobnim iskustvom djece pitajući ih:
 - Jeste li ikad bili u situaciji da ste nekome pomogli oko nečega? (Pomozite djeci navodeći im primjere za olakšavanje dosjećanja, npr. utješili prijatelja koji je bio tužan, ponudili pomoć oko zadaće, oko pospremanja, brige o kućnom ljubimcu, pomoć u pomirbi posvađanih vršnjaka i sl.?)

- Je li netko pomogao vama kad ste imali neki problem?
 - Kako se osjećamo kad nekome pomognemo? Zašto je dobro imati nekoga tko može priskočiti u pomoć kad je potrebno?
6. Podijelite djeci prazne listove papira i recite im da svatko za sebe navede sve što njemu/njoj pomaže kada je u nekakvoj nevolji. Neka djeca te listove zalijepe na veći plakat koji možete nasloviti *U nevolji mi može pomoći...*, a plakat mogu ukrasiti ako žele i izložiti ga na vidljivo mjesto u učionici.



Zamolite djecu da u sljedećemu tjednu vode dnevnik u koji će zapisati svaki put kad su pomogli roditeljima u nekim kućanskim poslovima te da u dnevnik zapišu što su radili i kako su se osjećali nakon pomaganja. Na kraju tjedna neka dnevnik pokažu roditeljima i s njima razgovaraju o bilješkama, a i vi na kraju tjedna razgovarajte s djecom o čemu su pisali.

KAKO MOŽEŠ POMOĆI?

<p>Tinov kućni ljubimac, pas labrador, jučer je odlutao iz dvorišta i nije se vratio. Tin je jako tužan i cijeli dan plače.</p>	
<p>Marko piše domaću zadaću, ali mu baš ne ide i već je počeo očajavati. Razmišlja o tome da odustane i da uopće ne napiše zadaću.</p>	
<p>Sonja sjedi na klupi ispred svoje zgrade. Dobila je lošu ocjenu i razmišlja o tome što bi rekla roditeljima.</p>	
<p>Marta je slomila nogu. Noga joj je u gipsu, hoda uz pomoć štaka i to joj ide prilično sporo. Njezine prijateljice za iduću subotu dogovaraju odlazak na klizanje. I ona bi se rado u subotu družila s njima, ali ne može klizati.</p>	





MOJ DNEVNIK – POMAGANJE KOD KUĆE

Molimo vas da sa svojim djetetom razgovarate o dnevniku u koji je tijekom protekloga tjedna bilježilo svaki put kad je pomoglo oko kućanskih poslova.

MOJ DNEVNIK – POMAGANJE KOD KUĆE

POMOZI RODITELJIMA U NEKIM KUĆANSKIM POSLOVIMA I ZABILJEŽI U DNEVNIK ŠTO RADIŠ I KAKO SE OSJEĆAŠ. NA KRAJU TJEDNA PORAZGOVARAJ S RODITELJIMA O TOME ŠTO SI RADIO/LA I KAKO SI IM POMOGAO/LA.



Aktivnost 2. Kako ti mogu pomoći?

Cilj učenja

Odrediti strategije za pomoć drugima koji doživljavaju diskriminaciju.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

navesti kako mogu pomoći drugima koji doživljavaju diskriminaciju.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Radni listić *Dvije priče*, olovke i flomasteri, listovi papira, plakati, radni listić *Rješavanje problema*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite djecu u dvije skupine i dajte svakoj skupini jednu od priča s radnog listića *Dvije priče* (svaka skupina dobije različitu priču).
3. Zamolite djecu da u grupama pročitaju zamišljenu situaciju, da porazgovaraju o pitanjima koja su postavljena nakon priče te da svoje odgovore prikažu tako da ih ili napišu na plakatu ili da ih predstave u obliku igrokaza odnosno igre uloga.
4. Nakon što obje skupine izlože svoje ideje, pojasnite djeci pojam diskriminacije (koristeći konkretne i njima razumljive primjere) te ga povežite s osobnim iskustvima djece pitajući ih:
 - Zna li neku osobu koja je po nečemu drugačija od većine? Po čemu je drugačija?
 - Je li se dogodilo da tu osobu, zbog toga što je drugačija, neki izbjegavaju ili se ne ponašaju lijepo prema njoj?
 - Jeste li vi ili netko drugi učinili nešto kako bi joj pomogli i što?
 - Imate li još neke prijedloge kako bi se moglo pomoći?
5. Završite aktivnost potičući djecu na zaključak da je važno ne diskriminirati druge te da ako primijete da se to nekom događa pokušaju učiniti nešto kako bi se ta osoba osjećala bolje.



Zamolite djecu da pitaju roditelje što bi oni predložili kao rješenja problema iz priča te da zajedno usporede svoje i prijedloge roditelja i zapišu zajedničke ideje koje im se čine dobre.

DVIJE PRIČE

PRIČA 1.

Julija je Romkinja koja je upravo stigla u tvoj razred. Ona živi u pokretnoj kući, odnosno u kamp-kućici, zato što se njezina nomadska obitelj povremeno seli i mijenja prebivalište. Julija često mijenja gradove i svaki put treba upoznavati nove prijatelje. Primijetio/la si da je druga djeca isključuju iz svojih igara te da neka govore da im se ona ne sviđa zato što je tamnoputa. Osim toga, Julija ti uvijek djeluje pomalo tužno i usamljeno. Ona ne govori baš najbolje tvoj jezik i čini se da nema prijatelja.

Misliš li da joj treba pomoći?

Što misliš, kakva joj je pomoć potrebna?

Što ti možeš učiniti da joj pomogneš?

Zašto?

PRIČA 2.

Vinko je novi dječak u tvojoj školi. Vrlo je povučen, jako rijetko nešto kaže i ne djeluje baš druželjubivo jer se na igralištu uvijek igra sam.

Jednoga dana on prilazi tebi i tvojim prijateljima i gleda vas kako igrate odbojku.

Misliš li da mu treba pomoći?

Što misliš, kakva mu je pomoć potrebna?

Što ti možeš učiniti da mu pomogneš?

Zašto?





RJEŠAVANJE PROBLEMA

Molimo vas da zajedno s djetetom pročitate niže opisane dvije zamišljene situacije te da s djetetom usporedite vlastite i njegove/njene prijedloge o tome što bi se moglo učiniti u tim situacijama. Potaknite dijete da zapiše sve one ideje oko kojih se složite da bi bile dobre.

PRIČA 1.

Julija je Romkinja koja je upravo stigla u tvoj razred. Ona živi u pokretnoj kući, odnosno u kamp-kućici, zato što se njezina nomadska obitelj povremeno seli i mijenja prebivalište. Julija često mijenja gradove i svaki put treba upoznavati nove prijatelje. Primijetio/la si da je druga djeca isključuju iz svojih igara te da neka govore da im se ona ne sviđa zato što je tamnopusata. Osim toga, Julija ti uvijek djeluje pomalo tužno i usamljeno. Ona ne govori baš najbolje tvoj jezik i čini se da nema prijatelja.

PRIČA 2.

Vinko je novi dječak u tvojoj školi. Vrlo je povučen, jako rijetko nešto kaže i ne djeluje baš druželjubivo jer se na igralištu uvijek igra sam. Jednoga dana on prilazi tebi i tvojim prijateljima i gleda vas kako igrate odbojku.



Aktivnost 3. Biti dobar prijatelj

Cilj učenja

Opisati načine pružanja podrške prijateljima.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

objasniti kako pružiti podršku prijateljima.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Listovi papira, olovke, kutija, radni listić *Podrška*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Zamolite djecu da se svatko za sebe prisjeti i razmisli o situaciji kada je zaista pomogao/la nekoj drugoj osobi. Nakon što su razmislili, neka anonimno zapišu svoje priče na papir. Zatim neka ubace sve priče u jednu kutiju.
3. Zamolite svako dijete da nasumce izvuče jednu priču iz kutije i pročita ju u sebi. Zatim zamolite nekoliko djece-dobrovoljaca da naglas pročitaju priču koju su izvukli iz kutije (bez pokušaja pogađanja tko je to napisao). Nakon svake priče zamolite djecu da promisle o njoj postavljajući im sljedeća pitanja:
 - Što se dogodilo u ovoj priči?
 - Kako su se osobe u priči osjećale?
 - Što biste vi učinili na mjestu onog tko je pomogao? Kako biste pružili podršku osobi iz priče kojoj je podrška bila potrebna?
4. Nakon rasprave naglasite kako je pružanje podrške važno u održavanju pozitivnih odnosa s drugima te u prijateljskim odnosima.
5. Potaknite djecu da u grupama izrade strip o pročitanoj priči koja im se najviše svidjela.



Zamolite djecu da uz pomoć roditelja naprave popis ponašanja kojima možemo pružati podršku jedni drugima.

Cjelina 3. Održavanje odnosa povjerenja i sigurnosti

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- pokazivati brigu i zanimanje za druge
- procijeniti pozitivne karakteristike svojega razreda
- iskazati brižno postupanje prema vršnjacima.

Aktivnost 1. Stalo mi je do tebe

Cilj učenja

Pokazivanje brige i zanimanja za druge.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

pokazati drugima da o njima brinem i da su mi važni.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Plakati, listovi papira, flomasteri, olovke, radni listić *Stalo mi je do tebe*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Kao uvod u temu pitajte djecu:
 - Kako ljudi pokazuju prijateljima da su im važni i da im je stalo do njih?
 - Kako vi to činite?
 - Jeste li ikada bili zabrinuti zbog nekoga? Zašto? Što ste tada učinili?
 - Kad bi vaši prijatelji mogli pomisliti da vam nije stalo do njih?
3. Zamolite djecu da samostalno na listu papira izrade popis najvažnijih osoba u njihovu životu i da razmisle o svim načinima na koje tim osobama pokazuju da im je stalo do njih.
4. Podijelite djecu u manje skupine i zamolite ih da u svakoj skupini izrade dva plakata: na jednome trebaju navesti ponašanja odnosno načine na koje pokazujemo da nam je stalo do drugih osoba, a na drugome načine na koje pokazujemo da nam nije stalo.
5. Potaknite djecu da vam pokažu što su napravili i zajedno s djecom zaključite što su najčešće

navodili kao načine pokazivanja da nam je stalo do drugih. Završite aktivnost naglašavajući da svatko treba pokazati brigu za osobe koje su im važne kao i osjetiti da se te osobe brinu za njih.



Zamolite djecu da odaberu jednu osobu sa svojega popisa koji su izradili te da nacrtaju ili napišu priču o nekoj situaciji kada su se pobrinuli za tu osobu ili kada se ta osoba pobrinula za njih. Ukoliko djeca žele, to može biti i priča o brizi za kućnoga ljubimca. Neka svoj uradak pokažu roditeljima i donesu ga u školu, a vi ga spremite u djetetov portfolio.



STALO MI JE DO TEBE

Vaše je dijete imalo zadatak odabrati jednu osobu te nacrtati ili napisati priču o nekoj situaciji kada su se pobrinuli za tu osobu ili kada se ta osoba pobrinula za njih. Ukoliko je dijete željelo, to je mogla biti i priča o brizi za kućnoga ljubimca.

ODABERI JEDNU OSOBU SA SVOJEGA POPISA NAJVAŽNIJIH OSOBA U TVOJEMU ŽIVOTU KOJI SI IZRADIO/LA U ŠKOLI. NACRTAJ ILI NAPIŠI PRIČU O SITUACIJI KADA SI SE POBRINUO/LA ZA TU OSOBU ILI KADA SE TA OSOBA POBRINULA ZA TEBE I OBJASNI ŠTO SE DOGODILO. AKO ŽELIŠ, TO MOŽE BITI I PRIČA O BRIZI ZA KUĆNOGA LJUBIMCA.



Aktivnost 2. Ja i moj razred

Cilj učenja

Procijeniti pozitivne karakteristike svojega razreda.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

nabrojati što je sve pozitivno u mom razredu.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Radni listić *Moj razred*, olovke, listovi papira, plakat, radni listić *Razred kakav želim*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite djeci radne listiće *Moj razred*, potaknite ih da razmisle o tome kako doživljavaju svoj razred i kako se u njemu osjećaju te da nakon toga samostalno ispune radni listić.
3. Zamolite djecu koja žele da podijele s vama što su napisali.
4. Zatim podijelite djecu u male skupine i zamolite ih da u skupinama rasprave i zapišu na jedan list papira sve karakteristike njihova razreda koje im padnu na pamet. To mogu biti osjećaji povezani sa svakodnevicom u njihovu razredu, ono što ih u razredu veseli, rastužuje, što im se jako sviđa, što ne, neke situacije i sl. (može im pomoći i ono što su samostalno upisivali u radne listiće).
5. Neka djeca po skupinama izlože svoje viđenje razreda te porazgovarajte s djecom o njihovim pozitivnim i negativnim iskustvima u razredu.
6. Zamolite djecu da razmisle što njihov razred čini sigurnim mjestom u kojem se svi mogu osjećati dobrodošlima te što njima treba i što je poželjno kako bi svi osjećali da u potpunosti pripadaju razredu.
7. Prikupite sve ideje na plakat koji nazovite *Razred u kojem nam je lijepo je...* i izložite ga na vidljivo mjesto učionici.



Zamolite djecu da pitaju roditelje u kakav bi razred oni željeli ići kada bi sad išli u školu i u kakvom bi se razredu oni osjećali dobro. Neka uz pomoć roditelja opišu ili nacrtaju karakteristike razreda koji su im opisali roditelji.

MOJ RAZRED

MOJ RAZRED JE:

U RAZREDU SE ČESTO OSJEĆAM KAO:

MOJI PRIJATELJI IZ RAZREDA MISLE DA JE NAŠ RAZRED:

MOJA UČITELJICA/MOJ UČITELJ MISLI DA JE NAŠ RAZRED:

MOJI RODITELJI MISLE DA JE NAŠ RAZRED:





RAZRED KAKAV ŽELIM

Molimo vas da porazgovarate s djecom o tome u kakav biste razred vi željeli ići da sad idete u školu. U kakvom biste se razredu dobro osjećali? Neka dijete uz vašu pomoć opiše ili nacrtaj karakteristike razreda koji ste mu/joj opisali.



Aktivnost 3. Čaroban dodir

Cilj učenja

Iskazati brižno postupanje prema vršnjacima iz razreda.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

brižno postupati prema vršnjacima iz razreda.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Povez za oči ili marama, glazba, plakat, olovke, radni listić *Znakovi pažnje*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Objasnite djeci okupljenoj u krugu da će igrati igru u kojoj će naučiti kako pokazati da im je stalo do prijatelja iz razreda.
3. Zamolite jedno dijete da sjedne u sredinu kruga, stavite mu povez na oči (ili maramu) i pustite neku glazbu kako biste održali usredotočenost. Potaknite ostalu djecu da jedan po jedan nekom nježnom gestom koja uključuje dodir pokažu djetetu s povezom na očima da im je stalo do njega. Dozvoljeno je dodirnuti gornji dio tijela (npr. glavu, lice, leđa, ruke), a dodir treba biti ugodan, a ne nametljiv ili bolan.
4. Dozvolite djeci da slobodno izraze svoju naklonost prema djetetu u sredini kruga, a zatim zamolite drugo dijete da sjedne u sredinu kruga. Svako dijete treba barem jednom doći u sredinu kruga.
5. Na kraju igre potaknite raspravu postavljajući sljedeća pitanja:
 - Je li vam se svidjela ova igra?
 - Zašto?
 - Kako vam je bilo sjediti u sredini kruga?
 - Kako ste se osjećali? Možete li opisati što ste sve osjetili?
 - Kako ste se osjećali kad ste izražavali da vam je stalo do osobe koja sjedi u krugu?
 - Je li vam to bilo teško ili jednostavno? Zašto?
6. Zaključite aktivnost pitajući djecu da svatko navede nešto što bi već danas mogao/la učiniti, a pokazuje da se brinemo i da nam je stalo do drugih (vršnjaka, roditelja, ostalih).



Zamolite djecu da pitaju roditelje ili druge članove obitelji po čemu oni prepoznaju da je djetetu stalo do njih. Neka djeca, uz pomoć roditelja, na list papira ispišu sve geste koje čine kod kuće da bi pokazali članovima obitelji da im je stalo do njih te neka ispišu sve geste kojima članovi obitelji pokazuju da je njima stalo do djeteta.



ZNAKOVI PAŽNJE

Molimo vas da vi (ili neki drugi član obitelji) kažete djetetu po čemu prepoznajete da je djetetu stalo do vas. Neka dijete uz vašu pomoć napiše sve geste kojima ono pokazuje da mu/joj je stalo do vas (ili nekog drugog člana obitelji) te neka napiše sve geste kojima vi (ili neki drugi član obitelji) pokazujete da je vama stalo do djeteta.



PODTEMA 2. Suradničke vještine, empatija i moralno rasuđivanje

Ova podtema sastoji se od tri cjeline kojima se nastoji potaknuti razvoj suradničkih vještina, empatije i moralnoga rasuđivanja. U prvoj cjelini ponuđene su aktivnosti kojima se mogu unaprijediti razne suradničke vještine i aktivnosti kojima se jača timski duh, kao što su donošenje zajedničkih odluka ili igranje timskih igara. Suradnja s vršnjacima doprinosi socijalnome i emocionalnome razvoju djece što uključuje zdravije stavove prema drugima, obazrivije i suradljivije interakcije i pozitivniju sliku o sebi. Aktivnosti su organizirane tako da djeca kroz suradnju postiču zajedničke ciljeve pri čemu je potrebno raspraviti koji je najbolji način da se izvrši zadatak te se pobrinuti da svi aktivno sudjeluju u tome.

U drugoj cjelini predstavljene su aktivnosti kojima se može razvijati sposobnost suosjećanja s drugima kroz prepoznavanje i uvažavanje tuđih osjećaja, želja, ponašanja i ciljeva. Empatija je ključan čimbenik u uspješnim interpersonalnim odnosima. Smatra se nužnim preduvjetom za socijalno i prosocijalno ponašanje, a također utječe na to kako će vršnjaci prihvatiti pojedinca i doprinosi moralnom razvoju. U trećoj cjelini djecu se nastoji potaknuti da rasprave o nekim moralnim dvojbama i o ispravnosti ponašanja te da sagledaju njihove moguće ishode (Gasser i Malti, 2012). Djeca uče kako prihvatiti tuđe perspektive kroz interakcije s vršnjacima te promišljaju o vlastitim moralnim obrazloženjima i ispravnosti ponašanja. Prakticiranje etičnoga i odgovornoga ponašanja zahtijeva od djece da ne budu usredotočena samo na sebe i da razvijaju svoju intelektualnu i emocionalnu znatizelju.

CJELINA 1. DIJELJENJE S DRUGIMA, SURADNJA I TIMSKI RAD

Ciljevi učenja

- doprinijeti odluci i sudjelovati u zajedničkome odlučivanju
- surađivati na ostvarivanju zajedničkoga cilja i odrediti pojedinačne zadatke i uloge
- međusobno se poticati i ohrabrivati za vrijeme igre i suradnje.

CJELINA 2. EMPATIJA

Ciljevi učenja

- prepoznati emocionalne potrebe drugih
- opisati ulogu empatije u prijateljstvu
- objasniti kako biti empatičan i pružiti podršku osobama u teškim situacijama.

CJELINA 3. ETIČNO, ODGOVORNO I MORALNO PONAŠANJE

Ciljevi učenja

- navesti različita rješenja neke moralne dvojbe
 - opisati načine na koje se može brinuti o drugim ljudima
 - raspraviti ispravnost nekog ponašanja.
-

Savjeti za učitelje/učiteljice

1. Podržavajte i osvješčujte kod djece prednosti sudjelovanja, vođenja i suradnje naspram suparništva, natjecanja i nesuradničkih odnosa s vršnjacima.
2. Olakšajte djeci zajedničke aktivnosti potičući suradničko učenje. Suradničke aktivnosti organizirajte tako da svako dijete ima jasnu ulogu i zadatak.
3. Kreirajte grupne aktivnosti koje pridonose cjelovitom i smislenom razvoju socijalnih, akademskih i drugih vještina djece.
4. Potičite djecu na dijeljenje i međusobno pomaganje u svakodnevnim situacijama te ističite vrijednost osjetljivosti za potrebe drugih.
5. Budite model djeci svojim moralnim ponašanjem kako biste im pomogli u prepoznavanju i preuzimanju osobne odgovornosti za ispravnost vlastita ponašanja.

Cjelina 1. Dijeljenje s drugima, suradnja i timski rad

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- doprinijeti odluci i sudjelovati u zajedničkom odlučivanju
- surađivati na ostvarivanju zajedničkoga cilja i odrediti pojedinačne zadatke i uloge
- međusobno se poticati i ohrabrivati za vrijeme igre i suradnje.

Aktivnost 1. Slušati različita mišljenja

Cilj učenja

Doprinijeti odluci i sudjelovati u zajedničkom odlučivanju.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati kako sudjelovati u donošenju zajedničke odluke.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Listovi papira, olovke, radni listić *Donošenje teških odluka*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Zamolite djecu da se podijele u 3 skupine koje će predstavljati jedno životno okruženje:
 - škola
 - obitelj
 - prijatelji
3. Potaknite djecu da razmisle o životnome okruženju svoje skupine, o tome koga tamo susreću i kako se ponašaju prema tim osobama. Pomozite im postavljajući sljedeća pitanja (za svaku skupinu vezano uz okruženje koje predstavljaju):
 - Koliko vremena provodite u školi?/ Koliko vremena provodite sa svojom obitelji?/ Koliko vremena provodite sa svojim prijateljima?
 - Tko su ljudi koje susrećete u školi/ u svojoj obitelji/ među svojim prijateljima?
 - Što radite u školi/ u svojoj obitelji/ sa svojim prijateljima?
 - Što biste željeli raditi u školi/ u svojoj obitelji/ sa svojim prijateljima?

4. Zamolite svaku skupinu da osmisle različita pravila ponašanja koja bi htjeli primijeniti u zadanom okruženju te da odaberu pet pravila i zapišu ih na list papira. Potaknite svu djecu da sudjeluju i da se dogovore oko razlika u mišljenjima kako bi došli do popisa od pet zajedničkih pravila oko kojih se svi slažu.
5. Kad završe, neka svaka skupina pročita svoja pravila ostalima u razredu, a neka ostali kažu bi li i njima ta pravila u tome okruženju odgovarala ili ne, i zašto.
6. Razgovarajte s djecom o načinu na koji su zajednički dogovarali pravila. Pitajte ih da vam kažu o prednostima i nedostacima na koje su naišli radeći i odlučujući zajedno.



Zamolite djecu da intervjuiraju roditelje ili nekog drugog člana obitelji o situaciji kada su morali zajedno s drugom osobom donijeti neku tešku odluku. Zamolite djecu da pismeno opišu taj događaj.



DONOŠENJE TEŠKIH ODLUKA

Vaše je dijete dobilo zadatak intervjuirati vas ili nekog drugog člana obitelji o situaciji kada ste morali zajedno s drugom osobom donijeti neku odluku koja vam je bila teška. Molimo vas da s djetetom podijelite to iskustvo zajedničkoga donošenja odluke i da pomognete djetetu da ukratko opiše tu situaciju.



Aktivnost 2. Asi treba pomoć

Cilj učenja

Surađivati na ostvarivanju zajedničkoga cilja i odrediti pojedinačne zadatke i uloge.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

pokazati kako surađivati na ostvarivanju zajedničkoga cilja te odrediti pojedinačne zadatke i uloge.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Listovi papira, pastele ili flomasteri, plakat, radni listić *Raditi s drugima*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču:

Asi treba pomoć

Asi je rođen u Africi. Njegova se obitelj ovamo doselila kako bi se spasila od rata, u potrazi za poslom i boljim životom. Sada Asi pohađa tvoju školu i jednoga dana učiteljica je zamolila djecu da ispričaju nešto o svojim obiteljima. Asi je rekao da njegova mama još uvijek živi u Africi, a on ovdje živi s tatom. Kada budu imali dovoljno novaca, Asijeva majka će napustiti Afriku i doći živjeti s njima. Asiju jako nedostaje mama. Ovo je prvi put da je Asi govorio o sebi u svojem razredu.

3. Potaknite djecu na raspravu o priči postavljajući im sljedeća pitanja:
 - Što mislite kako se Asi osjećao kada je morao otići iz Afrike?
 - Što mislite kako se osjeća sada?
 - Možete li zajedno pronaći način kako pomoći Asiju da se osjeća bolje?
4. Podijelite djecu u skupine od četiri ili pet članova i zamolite ih da u svakoj skupini osmisle jednu aktivnost kojom bi prikupili novac za pomoć Asiju. Kada dođu do zajedničkoga rješenja, neka svaka skupina prikaže svoju ideju na plakatu (pismeno ili crtežom) i prezentira je ostalima. Recite im da svaki član skupine može sudjelovati u nekom od tih zadataka (smišljanje aktivnosti, crtanje/pisanje, prezentiranje) ili da mogu svi sudjelovati u svakom zadatku, mogu se organizirati kako god žele.
5. Prokomentirajte s djecom ideje koje su imali, a zatim razgovarajte o tome kako je svaka grupa funkcionirala:
 - Je li netko iz skupine usmjeravao ostale i pomagao im da ostanu usredotočeni na traženje rješenja?

- Kako ste se dogovarali oko toga što će biti čija uloga? Je li netko bio zadužen za ideje, netko za crtanje/pisanje, netko za prezentiranje ili ste svi radili sve? Kako ste odlučili što vam više odgovara?
 - Koje ste vještine koristili u ovoj aktivnosti?
 - Što biste izdvojili kao prednosti, a što kao nedostatke timskoga rada?
6. Na temelju onoga što su djeca izdvojila kao prednosti, zajednički izradite plakat o temi *Prednosti timskoga rada*.



Zamolite djecu da se prisjete neke situacije u kojoj su trebali surađivati s drugom osobom na nekome zajedničkom zadatku. Ukoliko se djeca sama ne mogu sjetiti takve situacije, mogu pitati roditelje da im oni prepričaju neku takvu situaciju u kojoj su se oni našli. Neka na radnom listiću napišu jesu li i kako podijelili uloge u toj suradnji, što im se sviđjelo dok su surađivali te ima li nešto što im se baš nije sviđjelo i što bi rado promijenili.



RADITI S DRUGIMA

Vaše je dijete dobilo zadatak opisati jednu situaciju u kojoj je trebalo surađivati s drugom osobom na nekome zajedničkom zadatku. Potaknite dijete da se prisjeti jedne takve situacije te da opiše jesu li i kako podijelili uloge u toj suradnji, što im se sviđjelo dok su surađivali te ima li nešto što im se baš nije sviđjelo i što bi rado promijenili. Ukoliko se dijete ne može sjetiti neke situacije u kojoj je ono bilo, molimo vas da mu/joj vi prepričate neku takvu situaciju u kojoj ste se našli, a dijete neka opiše vaše dojmove vezane uz tu suradnju.



Aktivnost 3. Štafeta

Cilj učenja

Međusobno se poticati i ohrabrivati za vrijeme igre i suradnje.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

poticati i ohrabrivati druge članove ekipe za vrijeme igre i suradnje.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Mala lopta, ruksaci ili torbe, radni listić *Poticati druge* (**Napomena:** predviđeno je da se ova aktivnost odvija na igralištu te da svako dijete sa sobom na igrališe donese ruksak, torbu ili vrećicu)



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Predstavite djeci temu ove aktivnosti i objasnite im da će sudjelovati u štafeti. Zajedno s djecom postavite na igralištu dvije različite staze (jednu za svaku ekipu) s nekoliko prepreka te provjerite ima li svako dijete torbu, ruksak ili vrećicu sa sobom.
3. Podijelite djecu u dvije ekipe te ih zamolite da svaka stane na početak svoje staze. Objasnite djeci da po jedno dijete iz svake ekipe treba krenuti sa startne crte i trčeći obići sve prepreke na svojoj stazi, a da ga drugi članovi ekipe za to vrijeme bodre i navijaju za njega. Stavite loptu u torbu/ruksak/vrećicu onoga djeteta koje kreće prvo. Kada prvo dijete prođe stazom, ono se treba vratiti istim putem i staviti loptu u torbu/ruksak/vrećicu idućega djeteta koje onda isto tako treba obići stazu i tako dalje dok svi članovi ekipe ne dođu na red. Svaki trkač na kraju staze stavlja loptu u torbu/ruksak/vrećicu idućega djeteta. Pobijedila je ekipa koja prva završi.
4. Nakon igre pitajte djecu misle li da su pomagali članovima svoje ekipe tako što su navijali za njih i ohrabivali ih. Produbite temu postavljajući im sljedeća pitanja:
 - Zašto je važno ohrabrivati druge?
 - Možete li se sjetiti neke situacija kada je vas netko ohrabrivao? A kada ste vi ohrabivali nekoga?
 - Kako ste se osjećali u tim situacijama? Mislite li da vas je nečije ohrabivanje potaknulo da se više trudite? Mislite li da je osobu koju ste vi ohrabivali to potaknulo da se više trudi?
5. Završite ovu temu sa zaključkom kako nas ohrabivanje može potaknuti da postignemo i više nego što smo mislili da možemo i kako je lijepo imati nekoga tko nas potiče, ohrabruje i navija za nas.



Zamolite djecu da pitaju roditelje o nekom događaju iz njihova života kada su poticali, ohrabivali i motivirali drugu osobu i da objasne zašto su tako postupili. Neka djeca zapišu taj događaj.



POTICATI DRUGE

Molimo vas porazgovarajte s djetetom o nekom događaju iz svojega života kad ste poticali, ohrabivali i motivirali drugu osobu na postignuće. Pojasnite djetetu zašto ste tako postupili i je li toj osobi bilo drago što ju ohrabrujete. Neka dijete opiše iskustvo koje ste mu preporučili.



Cjelina 2. Empatija

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- prepoznati emocionalne potrebe drugih
- opisati ulogu empatije u prijateljstvu
- objasniti kako pokazati suosjećajnost i pružiti podršku osobama u teškim situacijama.

Aktivnost 1. Prepoznavanje osjećaja

Cilj učenja

Prepoznati emocionalne potrebe drugih.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati emocionalne potrebe drugih.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Radni listić *Ako se tako osjećaš...* (za svako dijete dio listića koji se odnosi na osjećaj koji je dodijeljen toj skupini), časopisi (prethodno zamolite djecu da od kuće donesu jedan ili više časopisa), škare, ljepilo, olovke, plakat, radni listić *Osjećaji mame/tate*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite djecu u četiri skupine i svakoj dodijelite jedan od sljedećih osjećaja: sreća, tuga, strah i ljutnja.
3. Dajte svakoj skupini nekoliko časopisa i zamolite djecu da u njima potraže i izrežu slike lica koja izražavaju osjećaj koji je dodijeljen njihovoj skupini i da od njih izrade kolaž. Kada dovrše, neka skupine razmijene svoje kolaže (npr. tako da ih pošalju u krug) kako bi svi vidjeli što su drugi napravili.
4. Raspravite s djecom o tome kako su birali slike koje će izrezivati za kolaž. Neka vam kažu koji su to sve pokazatelji bili na temelju kojih su zaključili da se radi o zadanom osjećaju (npr. sretna osoba može imati nasmijano lice, suze mogu označavati tugu).
5. Zamolite djecu da razmisle kako se ponašaju kada sretnu nekoga tko pokazuje određeni osjećaj.

Zatim svakoj skupini podijelite prethodno izrezane retke s listića *Ako se tako osjećaš...* tako da svako dijete u skupini dobije redak koji se odnosi na osjećaj koji je dodijeljen toj skupini. Neka svatko samostalno ispuni svoj listić, a zatim zamolite nekoliko dobrovoljaca iz svake skupine da pročitaju što su napisali.

6. Na kraju objasnite djeci kako tuđi osjećaji mogu utjecati na naše osjećaje. Pojasnite djeci pojam simpatije i objasnite im da je to osjećanje slično onom što i druga osoba osjeća. Za razliku od simpatije, empatija je kada se potrudimo razumjeti kako je osobi koja osjeća ljutnju, tugu, strah... Kada se netko primjerice ljuti na nekoga, a mi smo zbog toga isto ljuti – to je simpatija. Kada se netko ljuti, a nas zanima što ga je razljutilo, koliko je ljut i što će zbog toga napraviti – to je empatija. Nakon empatičnog razgovora često kažemo „Mogu misliti kako ti je“. Ili „Sada razumijem što ti je“.



Potaknite djecu da uz pomoć roditelja ispune radni listić *Osjećaji mame/tate* te da razmisle o osjećajima roditelja i o tome kako oni utječu na njihove vlastite osjećaje.

AKO SE TAKO OSJEĆAŠ...

KADA SI TI:	JA OSJEĆAM:	PITAM TE:	RAZGOVARAM S TOBOM O:
 <p>SRETAN/NA</p>			

KADA SI TI:	JA OSJEĆAM:	PITAM TE:	RAZGOVARAM S TOBOM O:
 <p>TUŽAN/NA</p>			

KADA SI TI:	JA OSJEĆAM:	PITAM TE:	RAZGOVARAM S TOBOM O:
 <p>LJUT/A</p>			





KADA SI TI:	JA OSJEĆAM:	PITAM TE:	RAZGOVARAM S TOBOM O:
 <p>UPLAŠEN/A</p>			





OSJEĆAJI MAME/TATE

Molimo vas pomognite djetetu da ispuni ovaj radni listić tako da ih potaknete da obrate pažnju na vaše osjećaje te kako oni utječu na djetetove osjećaje.

TATA ILI MAMA OSJEĆAJU	ŠTO TVOJ TATA ILI TVOJA MAMA RADI KADA OSJEĆA...	ŠTO TI RADIŠ KADA TVOJ TATA ILI TVOJA MAMA OSJEĆA...
 SREĆU		
 TUGU		
 LJUTNJU		
 STRAH		



Aktivnost 2. Zanima me kako se osjećaš

Cilj učenja

Razumjeti da je empatija kvaliteta kojom se grade i održavaju prijateljstva.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati ulogu empatije u prijateljstvu.

Razina

Srednja

Potreban pribor

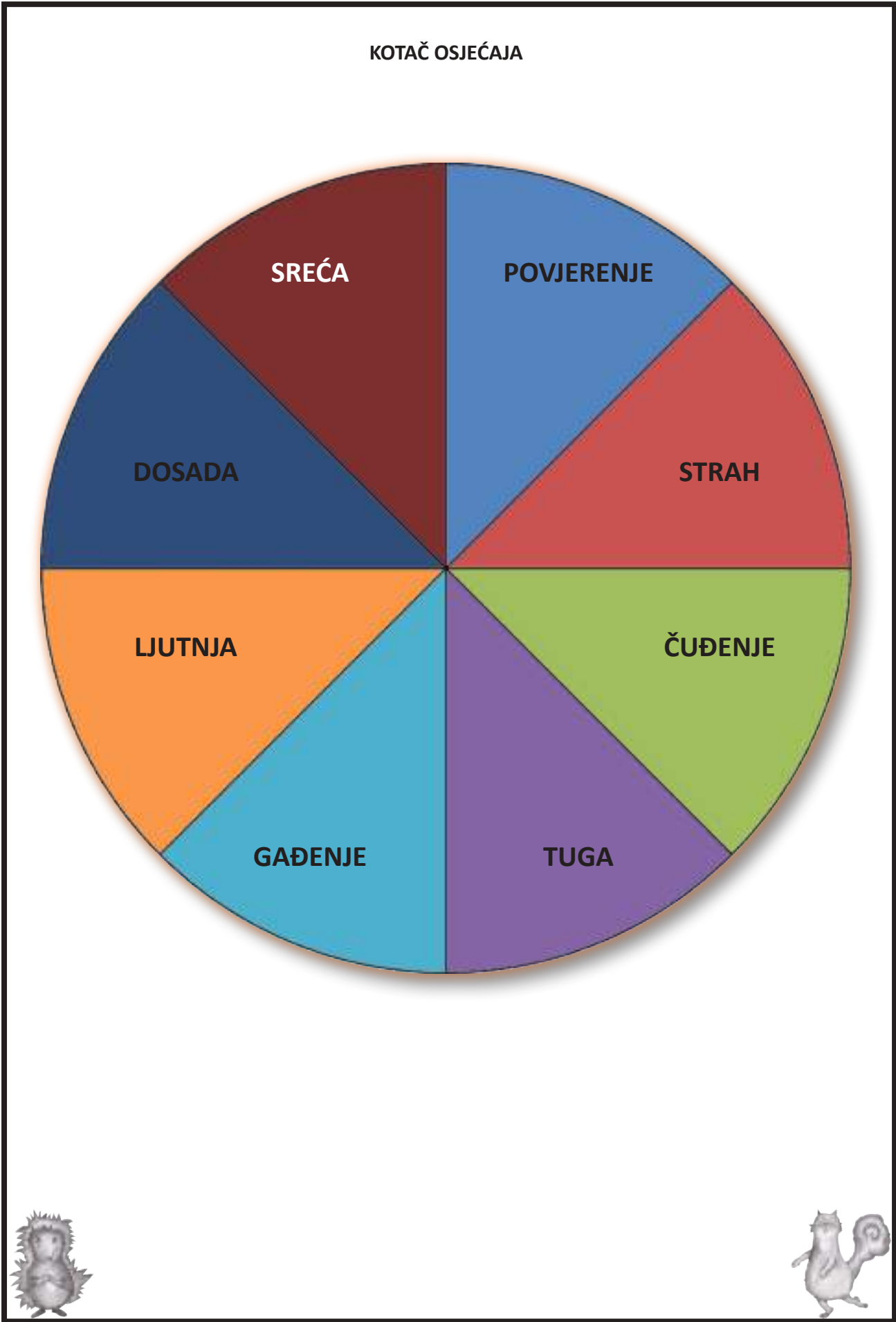
Listovi papira, olovke, posuda ili kutija, radni listić *Kotač osjećaja*, flomasteri, plakat, radni listić *Osjećam što i ti*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pokažite djeci *kotač osjećaja* i zamolite ih da svatko odabere jedan osjećaj te da ga zapiše na papirić.
3. Pomiješajte sve papiriće u posudi ili kutiji, a zatim dajte djeci da svatko izvuče jedan papirić.
4. Neka svako dijete (u sebi) pročita koji je osjećaj napisan na papiriću, a vi im postavite pitanja za razmišljanje na način da pročitate prvo pitanje, pa date djeci malo vremena da u tišini svatko za sebe promisli što bi na njega odgovorio, zatim pročitate drugo pitanje, pa nakon što promisle, pročitatje i treće. Pitanja za razmišljanje su:
 - Kada netko u tvojoj blizini osjeća ... (zadani osjećaj), kako se ti osjećaš?
 - Kada znaš da neka osoba osjeća ... (zadani osjećaj), što možeš učiniti za tu osobu?
 - Kada ti osjećaš ... (zadani osjećaj), što bi htio/htjela da drugi učine za tebe?
5. Zamolite djecu da vam navedu neke razloge zbog kojih trebamo pokazivati suosjećanje i na koje ga načine možemo pokazivati prema drugima. Potaknite djecu da podijele s vama neke primjere kada su oni suosjećali s nekime ili kada je netko suosjećao s njima te kako su to prepoznali.
6. Zaključite aktivnost naglašavajući da je važno suosjećati s drugima i razumjeti tuđe osjećaje te da se to naziva empatija. Pokazivanje empatije jedna je od najvažnijih vještina za izgradnju i održavanje odnosa i prijateljstva budući da njome pokazujemo drugima da ih razumijemo i da nam je stalo do njih.



Zamolite djecu da opišu jednu situaciju iz svojega života kada su se potrudili razumjeti kako se neka druga osoba osjeća te da objasne što se tom prilikom dogodilo. Neka to što su napisali pokažu roditeljima te pitaju roditelje da im oni prepričaju neko svoje slično iskustvo.





ZANIMA ME KAKO SE OSJEĆAŠ

Vaše je dijete dobilo zadatak opisati jednu situaciju iz svojega života kada je osjetilo isti osjećaj kao i neka druga osoba i to podijeliti s vama. Prepričajte i vi djetetu neko svoje slično iskustvo.

ZANIMA ME KAKO SE OSJEĆAŠ

OPIŠI EPIZODU IZ SVOJEGA ŽIVOTA KADA SI POKAZAO/LAZANIMANJE ZA TO KAKO SE NEKA DRUGA OSOBA OSJEĆA TE OBJASNI ŠTO SE TADA DOGODILO.



Aktivnost 3. Osjećam da ti treba moja pomoć

Cilj učenja

Objasniti načine pokazivanja suosjećajnosti i pružanja podrške osobama u teškim situacijama.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

objasniti kako biti empatičan i pružiti podršku drugima u teškim situacijama.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Listovi papira, olovke, bojice, flomasteri, radni listić *Opažati druge*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite djecu u parove i zamolite ih da zajedno smisle i napišu priču o dvojici prijatelja - Patriku koji se našao u nevolji i Marku koji mu pomaže. Neka djeca sama smisle u kakvoj se to nevolji Patrik našao te ih potaknite da se usredotoče na različite načine na koje Marko može pružiti pomoć prijatelju u nevolji.
3. Nakon što su djeca dovršila svoje priče zamolite svaki par da kroz igru uloga odglumi svoju priču.
4. Potaknite djecu na razmišljanje o Patrikovim osjećajima (kojemu je trebala pomoć) i Markovim (koji mu je pomogao) postavljajući im pitanja (na koja mogu odgovoriti bez obzira na to što se njihove priče razlikuju):
 - Kako se Patrik osjećao prije nego što mu je Marko pomogao?
 - Kako se Marko osjećao dok je Patrik bio u nevolji?
 - Zašto je Marko pomogao Patriku?
 - Kako su se obojica poslije osjećali?
5. Povežite temu s osobnim iskustvom djece pitajući ih:
 - Je li ikad netko od vaših prijatelja bio u nevolji?
 - Kako ste se vi tada osjećali?
 - Jete li bili u prilici pružiti mu/joj podršku i pomoći? Ako jeste, kako?

Ukoliko netko od djece želi, neka prepriča svoje iskustvo ostalima.
6. Neka svako dijete na kraju nacрта priču o Patriku i Marku koja im se najviše sviđela.



Potaknite djecu da se prisjete jedne priče o kojoj su čitali u knjizi ili koju su vidjeli na televiziji, a u kojoj je netko bio u nevolji i netko drugi mu je pružio podršku. Zamolite ih da odgovore na pitanja s radnoga listića *Opažati druge* te da to pokažu roditeljima.



OPAŽATI DRUGE

Vaše je dijete dobilo zadatak prisjetiti se jedne priče o kojoj je čitalo ili koju je vidjelo na televiziji u kojoj je netko bio u nevolji, a drugi mu je pružio podršku. Zatim je trebalo odgovoriti na pitanja na ovome listiću i podijeliti to s vama.

PRISJETI SE JEDNE PRIČE O KOJOJ SI ČITAO/LA U KNJIZI ILI KOJU SI VIDIO/VIDJELA NA TELEVIZIJI O OSOBI KOJA JE UPALA U NEVOLJU, A DRUGA OSOBA JOJ JE PRUŽILA POTPORU. NAKON ŠTO SE PRISJETIŠ PRIČE, ODGOVORI NA SLJEDEĆA PITANJA:

GDJE SI NAŠAO/LA ILI VIDIO/VIDJELA TU PRIČU I KAKO SE PRIČA ZOVE (AKO SE MOŽEŠ PRISJETITI)?

KOME JE TREBALA POMOĆ?

KAKO SE OSOBA (ILI LIK IZ PRIČE) U NEVOLJI OSJEĆALA?

ŠTO JE OSOBA (ILI LIK IZ PRIČE) U NEVOLJI MISLILA?

TKO MU/JOJ JE POMOGAO I KAKO?

ŠTO BI TI UČINIO/LA DA MU/JOJ POMOGNEŠ?



Cjelina 3. Etično, odgovorno i moralno ponašanje

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- navesti različita rješenja neke moralne dvojbe
- opisati na koje se načine može brinuti o drugim ljudima
- raspraviti ispravnost nekog ponašanja.

Aktivnost 1. Mogao/la bih...

Cilj učenja

Odrediti različita rješenja neke moralne dvojbe.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

navesti različita rješenja nekog moralnog problema.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Listovi papira, olovke, radni listić *Moralna dvojba – Što učiniti?*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču:

Omotnica

U jednome razredu osnovne škole djeca prikupljaju novac za izlet. Cijena je 150 kn po djetetu. Marija je dala učiteljici 200 kuna te je dobila ostatak od 50 kuna. Marija je spremila novac u žutu omotnicu u kojoj su već bile dvije novčanice od 50 kuna koje su Mariji ostale nakon što je platila knjigu koju je kupila prije škole.

Poslijepodne, za vrijeme odmora, sva su djeca izašla na igralište. Erik, jedan od dječaka, pitao je učiteljicu da ga pusti na WC. Odmah nakon toga, Paola, djevojčica iz Erikova razreda ušla je u učionicu i vidjela Erika kako otvara Marijinu torbu i uzima 50 kuna iz žute omotnice s novcem. Erik je rekao Paoli da on jako želi ići na izlet, ali njegovi roditelji nemaju dovoljno novaca i da mu nedostaje još 50 kuna. Zamolio je Paolu da nikome ne kaže što je vidjela. Obećao je da će sad samo potajno posuditi te novce (iako će Marija misliti da su ukradeni), a onda će ih kriomice vratiti Mariji u pernicu onda kada uštedi tih 50 kuna.

3. Podijelite djecu u dvije ili tri skupine i zamolite ih da rasprave o pitanjima koja ćete im zapisati na ploču, a zatim da na list papira zapišu svoje odgovore. Pitanja za raspravu su sljedeća:
 - Što bi Paola trebala učiniti?
 - Bi li na Paolinu odluku utjecalo to da su Marija i Paola najbolje prijateljica? Kako?
 - Bi li na Paolinu odluku utjecalo to da Marija i Paola nisu prijateljice? Kako?
 - Bi li na Paolinu odluku utjecalo to da je Paola Erikova najbolja prijateljica? Kako?
 - Da ste na Paolinom mjestu, kako biste se osjećali i kako biste postupili?
 - Da ste na Erikovu mjestu, što biste učinili?
4. Nakon što djeca zapišu svoje odgovore oko kojih su se u skupini dogovorili, zamolite svaku skupinu da izabere predstavnika koji će pročitati njihove odgovore na način da predstavnik prve skupine pročita odgovore na prva tri pitanja, a predstavnik druge skupine pročita odgovore na preostala tri pitanja (ako su djeca podijeljena u tri skupine, predstavnik prve skupine čita prva dva odgovora, predstavnik druge sljedeća dva odgovora, a predstavnik treće skupine čita posljednja dva odgovora). Neka svaki predstavnik skupine objasni kako su došli to tih odgovora.
5. Potaknite djecu da u raspravi pokušaju zajednički doći do mogućih rješenja situacije iz priče.
6. Na kraju objasnite djeci kako je u nekim situacijama teško naći jedno rješenje koje bi svi smatrali najboljim te kako se nekad možemo naći u dvojbi i ne biti sigurni što je najprikladnije učiniti (ukoliko procijenite da je potrebno, pojasnite djeci značenje riječi dvojba).



Zamolite djecu da pitaju roditelje o nekoj situaciji kada su se suočili s nekom moralnom dvojbom odnosno kada su trebali usporediti različita rješenja i odabrati najprikladnije, a da pritom nisu bili sigurni je li to baš najbolje rješenje. Potaknite djecu da na radni listić zapišu što se dogodilo, kako su njihovi roditelji postupili i zašto su izabrali baš taj postupak. (Ukoliko se roditelji ne mogu prisjetiti neke takve situacije, recite djetetu da zajedno s njima pokuša osmisliti neku izmišljenu situaciju.)



MORALNA DVOJBA – ŠTO UČINITI?

Molimo vas prepričajte djetetu jednu situaciju u kojoj ste se suočili s nekom moralnom dvojnom, odnosno kada ste trebali usporediti različita rješenja i odabrati najprikladnije, a da pritom niste bili sigurni je li to baš najispravnije rješenje. Neka dijete na listić zapiše što se dogodilo, kako ste vi postupili i zašto ste izabrali baš taj postupak. (Ukoliko se ne možete sjetiti neke takve situacije, možete s djetetom smisliti i neku pretpostavljenu situaciju.)



Aktivnost 2. Odgovorno je brinuti se o drugima

Cilj učenja

Opisati načine na koje se može brinuti o drugim ljudima.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati na koje se načine možemo brinuti o drugim ljudima.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Radni listić *Brinem se*, olovke, plakat, flomasteri, bojice, radni listić *Moje vještine*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite svakome djetetu jedan radni listić *Brinem se* i zamolite ih da svatko za sebe razmisli o jednoj situaciji u kojoj su pokazali da se brinu o nekoj drugoj osobi tako da primjerice pružaju utjehu, pomažu, spašavaju i slično. Kada se prisjete te situacije, neka samostalno odgovore na pitanja u radnome listiću koji su dobili.
3. Kad djeca završe, potaknite ih da podijele svoja iskustva s ostalima, postavljajući im sljedeća pitanja:
 - Je li vam bilo teško sjetiti se situacije u kojoj ste pokazivali brigu za nekoga drugoga?
 - Jeste li brigu za tu osobu pokazivali na više načina? (Neka djeca koja žele podijele s drugima svoje odgovore na drugo i treće pitanje iz radnog listića.)
 - Tko su važni ljudi u vašemu životu?
 - Kada je njima potrebna vaša briga i pažnja?
 - Na koje načine ti ljudi pokazuju da se i oni brinu o vama?
 - Zašto je važno brinuti se o drugim ljudima općenito? Pokazujemo li na taj način i da smo sposobni odgovorno se ponašati?
4. Potaknite djecu da daju svoje ideje o tome kako se oni u razredu brinu jedni o drugima i na koje bi još načine to mogli učiniti. Zapisujte njihove ideje na ploču, a zatim neka djeca odaberu između pet i deset onih koje im se najviše sviđaju (možete organizirati i glasovanje i odabrati one koje su dobile najviše glasova).
5. Neka djeca izrade plakat koji naslovite *U razredu se brinemo jedni o drugima tako što...* pomoću ideja koje su odabrali u prethodnome koraku aktivnosti. Izložite plakat na vidljivo mjesto u učionici.



Zamolite djecu da zajedno s jednom odraslom osobom izrade popis vještina koje posjeduju, a koje im pomažu da se mogu brinuti o drugima, da ih mogu oraspoložiti, učiniti ih sretnima, prihvaćenima i dobrodošlima.

BRINEM SE

Promisli o jednoj situaciji u kojoj si pokazao/la nekoj drugoj osobi da se brineš o njoj, a zatim odgovori na sljedeća pitanja:

PITANJE	ODGOVOR
Zašto je toj osobi bila potrebna briga i pažnja?	
Na koje načine si pokazao/pokazala brigu o toj osobi?	
Pada li ti na pamet još neki način na koji si mogao/mogla pokazati da se brineš?	
Kako se ta osoba osjećala nakon što je vidjela da se brineš o njoj i da joj želiš pomoći?	
Kako si se ti osjećao/la nakon pomoći?	





MOJE VJEŠTINE

Molimo vas da pomognete djetetu izraditi popis vještina koje posjeduje, a koje mu/joj pomažu da se brine o drugima, da oraspoloži druge te da ih učini sretnima, prihvaćenima i dobrodošlima.



Aktivnost 3. Laura bi htjela ići na zabavu

Cilj učenja

Raspraviti o ispravnosti nekog ponašanja.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

raspraviti je li neko ponašanje ispravno.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Plakati, flomasteri, radni listić *Mogu li ići na zabavu?*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite djecu u skupine i pročitajte im sljedeću priču:

Uklopiti se u novu sredinu

Zdenko se upravo doselio u novi grad. Krenuo je u novu školu i novi razred u kojemu nikoga ne poznaje i treba pronaći nove prijatelje. Zdenko je pomalo tužan i često razmišlja o tome kako se u staroj školi lijepo družio i slagao s prijateljima.

Prvi dan kad je došao u novu školu, Zdenko je primijetio da se nekolicina djece ruga jednom dječaku iz razreda. Na Zdenka nitko ne obraća pažnju i on bi se htio više uklopiti i družiti s ostalima. Počeo se pitati bi li bila dobra ideja da se pridruži drugima koji se rugaju onome dječaku iz razreda kako bi ga prihvatili. Što vi mislite o tome?

3. Potaknite djecu da kratko u grupama rasprave o dvojbi koja muči Zdenka tako što ćete na ploču (kao podsjetnik) napisati sljedeća pitanja za raspravu:
 - Što mislite o ideji koja je Zdenku pala na pamet?
 - Zašto je takva ideja Zdenku pala na pamet?
 - Što biste vi savjetovali Zdenku da učini? Što vam se čini ispravnim?
4. Nakon što završe s raspravom, neka svaka skupina kaže kako je odgovorila na pojedino pitanje tako da prvo sve skupine izlože odgovor na prvo pitanje, pa zatim na drugo i na kraju, na treće. Nakon što djeca odgovore na treće pitanje produbite raspravu o ovoj temi pitajući ih:
 - Čime ste se točno vodili kad ste odlučivali što biste savjetovali Zdenku da učini?
 - Je li vrijedno imati prijatelje? A je li vrijedno lijepo se odnositi prema drugima i ne rugati im se?
 - Kako ste odlučili što bi u ovom slučaju bilo ispravnije da Zdenko učini?
5. Potaknite djecu na zaključak kako nekad trebamo odabrati između ponašanja koje je dobro i

ponašanja koje je loše, ali i da nekad nije lako procijeniti što je najbolje i najpravednije, a da se ne ugroze prijateljstvo, pravednost ili neki drugi aspekt dobrobiti.



Podijelite djeci radne listiće *Mogu li ići na zabavu?* i zamolite djecu da s roditeljima pročitaju priču s listića te da o njoj porazgovaraju i odgovore na postavljena pitanja.



MOGU LI IĆI NA ZABAVU?

Molimo vas da s djetetom pročitate sljedeću priču te da porazgovarate o njoj i pomognete djetetu da odgovori na postavljena pitanja.

Laura se preselila u novu školu u kojoj sada pohađa osmi razred. Stekla je dobre prijatelje, no i dalje osjeća da je popularnija djeca nisu prihvatila. Jednoga dana prijateljica iz razreda joj je rekla: „Bok Laura, znaš da će Kristina organizirati zabavu kad joj roditelji ne budu kod kuće. Moraš doći, Kristina će pozvati sve iz razreda!”

Laura nije baš dobro poznavala Kristinu, no znala je da je ona jedna od najpopularnijih cura u razredu. Većina djece planirala je ići na zabavu. Za Lauru je to bila savršena prilika da iskorači iz svojega malog kruga prijatelja i upozna nove prijatelje.

Laura ima jako dobar odnos sa svojim roditeljima - vjeruje im i oni vjeruju njoj. No, ona zna da je njezini roditelji nipošto ne bi pustili na zabavu kad bi znali da Kristininih roditelja neće biti kod kuće.

Neki prijatelji su predložili Lauri da jednostavno ne kaže ništa i da laže ako je roditelji budu izravno pitali o tome hoće li Kristinini roditelji biti na zabavi. Laura ne zna što da radi. Stvarno bi htjela ići na zabavu, možda joj je ovo jedina prilika da se sprijatelji s popularnijom djecom. Laura se pita: „Što bi se moglo dogoditi kada bi roditelji saznali istinu? Što je uistinu važno: imati više prijatelja ili slušati roditelje?”

Isplati li se Lauri skrivati istinu od roditelja i riskirati mogućnost da će im morati lagati? Zašto?

Što mislite da će se dogoditi ako Laurini roditelji saznaju istinu o zabavi?

Mislite li da će se Laura morati suočiti s tim da joj roditelji više neće vjerovati?

Što bi ti predložio/la Lauri da napravi i zašto?



Evaluacijski listić učitelja/ice

Ime i prezime djeteta: _____	0: Nije primijećeno / ne primjenjuje se
Datum popunjavanja: _____	1: Usvaja
	2: Postignuto
	3: Trajno uspostavljeno

Upute: Popunite listu za svako dijete kada završite **Temu 2. Uspostavljanje i održavanje zdravih odnosa**.

2. USPOSTAVLJANJE I ODRŽAVANJE ZDRAVIH ODNOSA	
2.1. ZDRAVI ODNOSI	Razina 0,1,2 ili 3
2.1.1. Stvaranje i održavanje prijateljstva	
2.1.1.O ² . Dijete prepoznaje kako se gradi međusobno povjerenje.	
2.1.1.S. Dijete uviđa važnost veze između iskrenosti, povjerenja i prijateljstva.	
2.1.1.N. Dijete može objasniti kako se nositi s izdajom te kako opraštati drugima.	
2.1.2. Prosocialno ponašanje	
2.1.2.O. Dijete može opisati kako pomoći nekome tko je u nevolji.	
2.1.2.S. Dijete može navesti kako pomoći drugima koji doživljavaju diskriminaciju.	
2.1.2.N. Dijete može objasniti kako pružiti podršku prijateljima.	
2.1.3. Održavanje odnosa povjerenja i sigurnosti	
2.1.3.O. Dijete može opisati načine pokazivanja brige i zanimanja za druge.	
2.1.3.S. Dijete može procijeniti pozitivne karakteristike svojega razreda.	
2.1.3.N. Dijete može brižno postupati prema vršnjacima iz razreda.	

2.2. SURADNIČKE VJEŠTINE, EMPATIJA I MORALNO RASUĐIVANJE	
2.2.1. Dijeljenje s drugima, suradnja i timski rad	
2.2.1.O. Dijete može sudjelovati u donošenju zajedničke odluke.	
2.2.1.S. Dijete može surađivati na ostvarivanju zajedničkoga cilja i odrediti pojedinačne zadatke i uloge.	
2.2.1.N. Dijete može poticati i ohrabrivati druge za vrijeme igre i suradnje.	
2.2.2. Empatija	
2.2.2.O. Dijete može prepoznati emocionalne potrebe drugih.	
2.2.2.S. Dijete može opisati ulogu empatije u prijateljstvu.	

2 O = Osnovna razina, S = Srednja razina, N = Napredna razina

2.2.2.N. Dijete može pokazati suosjećajnost i pružiti svoju podršku drugima u teškim situacijama.	
2.2.3. Etično, odgovorno i moralno ponašanje	
2.2.3.O. Dijete može navesti različita rješenja neke moralne dvojbe.	
2.2.3.S. Dijete može opisati načine brige o drugim ljudima.	
2.2.3.N. Dijete može raspraviti ispravnost nekog ponašanja.	























































Djetetove jake strane:































Djetetove potrebe:

























Razvojni ciljevi:

Djetetova samoprocjena

Ime i prezime djeteta: _____	 Ne  Ponekad  Da
Datum popunjavanja: _____	
USPOSTAVLJANJE I ODRŽAVANJE ZDRAVIH ODNOSA – ZDRAVI ODNOSI	

Stvaranje i održavanje prijateljstva		
Označi lice koje te najbolje opisuje:	Mogu	Sviđa mi se
Mogu prepoznati kako se stvara povjerenje među ljudima.	  	  
Mogu opisati zašto biti dobar prijatelj ujedno znači i biti iskren.	  	  
Mogu objasniti kako se nositi s izdajom i kako opraštati drugima.	  	  
Prosocijalno ponašanje		
Mogu opisati kako pomoći nekome u nevolji.	  	  
Mogu navesti kako pomoći drugima koji su u nepovoljnom položaju i doživljavaju diskriminaciju.	  	  
Mogu objasniti kako pružiti podršku prijateljima.	  	  
Održavanje odnosa povjerenja i sigurnosti		
Mogu pokazati brigu i zanimanje za druge.	  	  
Mogu procijeniti pozitivne karakteristike svojega razreda.	  	  
Mogu brižno postupati prema vršnjacima iz razreda.	  	  

USPOSTAVLJANJE I ODRŽAVANJE ZDRAVIH ODNOSA - SURADNIČKE VJEŠTINE, EMPATIJA I MORALNO RASUĐIVANJE		
Dijeljenje s drugima, suradnja i timski rad		
Mogu sudjelovati u donošenju zajedničke odluke.	  	  
Mogu surađivati na ostvarivanju zajedničkoga cilja i odrediti pojedinačne zadatke i uloge.	  	  
Mogu poticati i ohrabrivati druge članove ekipe za vrijeme igre.	  	  
Empatija		
Mogu prepoznati emocionalne potrebe drugih.	  	  
Mogu opisati ulogu suosjećanja u prijateljstvu.	  	  




Mogu suosjećati s drugima i pružiti im podršku u teškim situacijama.	  	  
Etično, odgovorno i moralno ponašanje		
Mogu navesti različita rješenja nekog moralnog problema.	  	  
Mogu opisati načine na koje se možemo brinuti o drugim ljudima.	  	  
Mogu raspraviti o tome je li neko ponašanje ispravno.	  	  

Svidjelo mi se učiti o:

Htio/htjela bih poboljšati:

TEMA 3. Razvoj pozitivnoga mišljenja

Podtema 1. Pozitivno mišljenje

 CJELINA 1	 CJELINA 2	 CJELINA 3
Pozitivno i negativno mišljenje	Dobro je misliti pozitivno	Promijeniti negativne misli

Podtema 2. Pozitivne emocije

 CJELINA 1	 CJELINA 2	 CJELINA 3
Nada	Sreća	Humor

PODTEMA 1. Pozitivno mišljenje

U prvoj podtemi govori se o poticanju pozitivnoga i optimističnoga razmišljanja, posebno u teškim razdobljima. Tijekom aktivnosti djeca će dobiti priliku razmišljati na optimističan način, sagledati neke od svojih nekorisnih misli, onih koje im odmažu, a potom ih osporiti. Takav način razmišljanja pomaže djeci da s pozitivnim stavom svladavaju teškoće (Seligman, 2002; Noble i McGrath, 2008). Prvi dio naslovljen *Pozitivno i negativno mišljenje* na različite načine približava djeci pozitivan i negativan način razmišljanja. Mlađa djeca uče razlikovati vedri i tmurni pogled na svijet uz pomoć likova Gospodina Vedroga i Gospodina Tmurnoga. Starija djeca uče razlikovati, promišljati i koristiti se optimističnim i pesimističnim eksplanatornim stilovima. Pesimisti su skloni vjerovanju da su oni sami krivi za loše stvari koje im se događaju i da će se one uvijek događati i tako utjecati na njihov život. S druge strane, optimisti shvaćaju da nedaće mogu imati vanjske uzroke koji su privremeni i specifični, a nikako sveobuhvatni (Seligman, 2006).

U drugome dijelu *Dobro je misliti pozitivno* djeca imaju priliku uvidjeti da gledanje na život s vedrije strane može imati pozitivan utjecaj na naše osjećaje i radnje. Mlađa djeca počinju shvaćati da nam sagledavanje dobrih strana situacije, kao i zabavne i pozitivne aktivnosti pomažu da se osjećamo dobro. Starija djeca uče da su misli, osjećaji i radnje međusobno povezani i da promjena načina razmišljanja može utjecati na buduće osjećaje i radnje. U trećemu dijelu *Promijeniti negativne misli* djeca uče kako se suprotstaviti svim negativnim mislima i vjerovanjima koja ih mogu obeshrabriti. Mlađu djecu potiče se da navedu dobre strane neke situacije, dok se stariju djecu potiče da koriste pozitivne misli o sebi, kao što su „Ja sam dobar“ i „Rado pomažem drugima“ kako bi se suprotstavili svojim negativnim mislima. Djecu se također potiče da o problemima razmišljaju na konstruktivan i fleksibilan način te da za njih traže alternativna rješenja.

CJELINA 1. POZITIVNO I NEGATIVNO MIŠLJENJE

Ciljevi učenja

- rastaviti pozitivnu misao na tri sastavna dijela
- pretvoriti negativnu misao u pozitivnu
- opisati situaciju u kojoj prevladava negativno mišljenje i promijeniti ga u pozitivno.

CJELINA 2. DOBRO JE MISLITI POZITIVNO

Ciljevi učenja

- odrediti koji osjećaji i radnje mogu uslijediti nakon pozitivne misli
- upotpuniti slijed *misli* → *osjećaji* → *radnje*
- upotpuniti slijed *misli* → *osjećaji* → *radnje* koristeći dijagram.

CJELINA 3. PROMIJENITI NEGATIVNE MISLI

Ciljevi učenja

- odrediti jednu negativnu misao i jednu pozitivnu izjavu koja ju osporava
- navesti tri pozitivne misli o sebi
- odrediti što djeci može pomoći da razmišljaju pozitivnije kada ih zaokupljaju negativne misli.

Savjeti za učitelje/učiteljice

1. Djeca uče o pozitivnome načinu razmišljanja od odraslih oko sebe, zato je važno da im vi pružite primjer svojim pozitivnim stavom.
2. Pokušajte uključiti optimistično razmišljanje u razrednu svakodnevicu. To možete postići petominutnim pauzama tijekom kojih ćete pjevati pjesme za podizanje raspoloženja. Ako na kraju dana imate slobodnoga vremena, možete zamoliti djecu da vam kažu što im je bio najbolji dio toga dana. Također, možete razgovarati o najboljem dijelu tjedna, čemu se vesele u vezi sa sutrašnjim danom i sl.
3. Kada u razredu postoje problemi i kada su djeca uzrujana, pomozite im da se usredotoče na ono „što im je u glavi“ (na svoje razmišljanje) i razmotre pomaže li im taj način razmišljanja ili ne.
4. Kada čitate priče ili gledate filmove, potaknite djecu da promisle o mislima, osjećajima i radnjama nekih likova. Također, djeca nakon priče ili filma mogu nacrtati dijagram tjeka misli, osjećaja i radnji likova (kako su misli putovale, kako su osjećaji rasli, smanjivali se i mijenjali i kako su utjecali na radnje).
5. Potaknite djecu da smisle zajednički slogan kojeg se mogu sjetiti kada se nađu u nekoj teškoj situaciji. Podsjetite djecu na taj slogan kada su obeshrabreni zbog negativnoga samogovora (misli koje su im u glavi).

Cjelina 1. Pozitivno i negativno mišljenje

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- rastaviti pozitivnu misao na tri sastavna dijela
- promijeniti negativnu misao u pozitivnu
- opisati situaciju u kojoj prevladava negativno mišljenje i promijeniti ga u pozitivno.

Aktivnost 1. Tri prašćića

Cilj učenja

Rastaviti pozitivnu misao na tri sastavna dijela.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati sastavne dijelove pozitivne misli.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke, radni listić *Kako razmišljaju gospodin Vedri i gospodin Tmurni*, radni listić *Nisam ja*, karton/plakat, pastele, flomasteri



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pitajte djecu sjećaju li se priče o tri prašćića i zamolite one koji se sjećaju da je prepričaju ostalima u razredu.
3. Podijelite djecu u male skupine i zamolite ih da izrade popis svih osobina koje su prašćićima pomogle da nadmudre vuka, npr. nisu odustajali, međusobno su si pomagali, razmišljali su o novim načinima kako se zaštititi od vuka itd. Konačno, prašćići su uvijek gledali situaciju s vedre strane i vjerovali su da mogu svladati problem.
4. Koristeći se lutkama predstavite djeci likove gospodina Vedrog i gospodina Tmurnog. Objasnite da gospodin Vedri, poput tri prašćića, uvijek gleda na život s vedre strane dok Gospodin Tmurni razmišlja crno. Gospodin Vedri i gospodin Tmurni imaju matematiku, no ni jedan od njih ne voli matematiku. Podijelite djeci radne listiće *Kako razmišljaju gospodin Vedri i gospodin Tmurni* i pojasnite im kako razmišlja gospodin Vedri, a kako gospodin Tmurni. Pomoću lutke odglumite

što bi rekao i učinio gospodin Vedri, koristeći tri načina razmišljanja. Potaknite djecu da i oni uzmu lutku i odglume što bi gospodin Vedri rekao. Ponovite postupak s gospodinom Tmurnim.


5. Podijelite djecu u skupine po troje i zamolite ih da odaberu jednu od navedenih situacija. Oslanjajući se na 3 načina razmišljanja navedena na radnom listiću djeca trebaju smisliti što bi u navedenoj situaciji rekao gospodin Vedri, a što gospodin Tmurni.
 - Puno si učio/la za test, no ipak si dobio/la lošu ocjenu.
 - Pokušavaš steći nove prijatelje, no neka se djeca iz razreda ne žele s tobom igrati.
 - Jedan prijatelj govori ružne stvari o tebi iza tvojih leđa.
 - Tvoja obitelj se seli i morat ćeš krenuti u novu školu.
6. Na kraju, potaknite djecu da pokažu ostatku razreda kako su riješili zadatak.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i zamolite ih da uz pomoć roditelja na radnom listiću podvuku dio rečenice koji pokazuje da gospodin Vedri razmišlja na način NISAM JA. U radnome listiću naveden je primjer kako bi roditelji znali razlikovati načine razmišljanja NISAM JA, NIJE UVIJEK i NIJE SVE.

KAKO RAZMIŠLJAJU GOSPODIN VEDRI I GOSPODIN TMURNI

Gospodin Vedri i gospodin Tmurni na satu su matematike. Obojica smatraju da su loši u matematici.

<p>Pozitivno mišljenje</p> <p>Gospodin Vedri razmišlja ovako:</p> 	<p>Negativno mišljenje</p> <p>Gospodin Tmurni razmišlja ovako:</p> 
<p>NISAM JA: Ja nisam jedini kojemu je matematika teška.</p>	<p>JA: Ja sam jedini u razredu kojemu ne ide matematika!</p>
<p>NIJE UVIJEK: Matematika mi nije uvijek teška. Ponekada sam dobar u matematici. Tablica množenja mi je teška, no zbrajanje mi ide dosta dobro.</p>	<p>UVIJEK: Uvijek sam takav na matematici! Nikada ništa ne znam!</p>
<p>NIJE SVE: Nisam loš u svemu. Engleski i sportovi mi idu jako dobro.</p>	<p>SVE: Loš sam u svemu!</p>





NISAM JA

Slijedite primjer i pomozite svojem djetetu da podvuče dio rečenice koji pokazuje da gospodin Vedri razmišlja na način NISAM JA, tj. na način koji pokazuje da on nije jedini koji doživljava poteškoće.



Gospodin Vedri ima puno domaće zadaće, no on ipak gleda na to s vedre strane!

NISAM JA: Ja nisam jedini koji ima puno domaće zadaće – svi moji prijatelji iz razreda imaju isto toliko zadaće.

NIJE UVIJEK: Samo *danas* imam toliko zadaće. Ponekad imamo jako malo zadaće, a ponekad je uopće nemamo.

NIJE SVE: Imam puno zadaće, no i dalje stignem raditi i druge stvari na primjer, mogu ići na sat klavira i igrati se na računalu.



Sada podvucite dio koji pokazuje da gospodin Vedri razmišlja na način NISAM JA:

Uskoro imam test iz matematike, no bojim se da ga neću dobro riješiti. Pretpostavljam da ja nisam jedini koji se tako osjeća, sigurno ima još djece u razredu koja se isto boje testa. I ne osjećam se uvijek ovako zbog testa – to mi se događa samo nekad.



Aktivnost 2. Prijateljevi problemi

Cilj učenja

Promijeniti negativnu misao u pozitivnu.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

preoblikovati negativnu misao u pozitivnu.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Radni listić *Pozitivno i negativno mišljenje*, radni listić *Prijateljevi problemi*, radni listić *Nisam ja, nije uvijek, nije sve*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču:

Putnici i platana³

Bio je ljetni dan i dva su putnika pješačila. Uskoro im je postalo prevruće da bi nastavili put pa su se, ugledavši u blizini jednu veliku platanu, bacili na tlo kako bi se odmorili u njezinoj sjeni. Gledajući grane platane jedan je putnik rekao drugome: „Kakvo beskorisno stablo! Nema nikakve plodove koje bismo mogli pojesti, a čak ne možemo iskoristiti ni drvo toga stabla.“ „Ne budi tako nezahvalan“, zašuštalo je stablo. „Upravo sada sam ti iznimno korisno jer te štitim od vreloga sunca. A ti me zoveš beskorisnim!“

3. Postavite djeci sljedeća pitanja kako biste potaknuli kraću raspravu:
 - Tko je u ovoj priči razmišljao pozitivno?
 - Tko je u ovoj priči razmišljao negativno?
 - Što ste naučili iz ove priče?
4. Proučite s djecom radni listić *Pozitivno i negativno mišljenje* te ih pitajte sljedeće:
 - Razmišljate li obično na optimističan ili pesimističan način? (Ukoliko procijenite da je potrebno, pojasnite djeci značenje tih riječi.)
 - Koje su prednosti, a koji nedostaci optimističnoga načina razmišljanja?
 - Koje su prednosti, a koji nedostaci pesimističnoga načina razmišljanja?
5. Izrežite pisma iz radnoga listića *Prijateljevi problemi* i podijelite ih djeci. Zamolite djecu da napišu pismo svom prijatelju ili prijateljici i da mu pomognu da razmišlja na optimističan način. Ako djeca žele, mogu raditi u skupinama.

3 Ezop, preuzeto s <http://www.moralstories.org/the-travelers-and-the-plane-tree/>



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i zamolite ih da zajedno s roditeljima na radnome listiću podvuku dijelove rečenica koji pokazuju da Suzana razmišlja na načine NISAM JA, NIJE UVIJEK i NIJE SVE.

POZITIVNO I NEGATIVNO MIŠLJENJE

Kako razmišljaju pesimisti?

Pesimisti misle da se neka loša situacija dogodila zbog njih i samo njima.

„Kristina i Josip me ne vole. Misle da sam glup. Ja stvarno jesam glup. Nije ni čudo da me nitko ne želi u svojoj ekipi.“

Pesimisti misle da su loše situacije uvijek takve.

„U svemu me uvijek odaberu zadnjeg. Nikada me ne odaberu prvog.“

Pesimisti misle da loše situacije utječu na sve ostalo.

„Sada svi iz razreda misle da sam glup.“

Kako razmišljaju optimisti?

Optimisti ne misle da se loša situacija dogodila zbog njih i samo njima.

„Kristina i Josip zapravo nemaju ništa protiv mene. Oni samo žele da u njihovoj ekipi budu najbolji igrači. Nisu zli prema meni.“

Optimisti misle da loša situacija nije uvijek takva.

„Kad nam učiteljica kaže da se podijelimo u skupine za zajednički rad, sva djeca žele biti u mojoj skupini.“

Optimisti ne misle da loše situacije utječu na nešto drugo.

„Iako nisam dobar u sportovima, dobar sam u nečem drugom, kao što su matematika i engleski.“



PRIJATELJEVI PROBLEMI

Draga prijateljice,

imam veliki problem! Prošli tjedan sam čula dvije prijateljice kako šapuću nešto o meni. Mislim da su govorile ružne stvari i smijale mi se. Znam da misle da ja nisam „cool“ zato što ne znam čitati dobro kao drugi. Jako se trudim, no kad čitam naglas na satu stalno mislim da će mi se svi smijati. Sada se bojim ponovno razgovarati s njima da mi se ne bi rugale. Molim te pomoz mi!

Tvoja Diana

Draga prijateljice,

kako si? Pišem ti jer mi treba tvoja pomoć. Prošli ponedjeljak, na satu matematike učiteljica je vikala na mene pred cijelim razredom zato što nisam imao zadaću. Svi su mi se smijali. Siguran sam da me učiteljica mrzi. Znam da svi misle da sam zaboravan jer nisam ponio zadaću. Sada stalno mislim da će učiteljica opet vikati na mene zbog nečeg što sam skrivio. Molim te pomoz mi!

Tvoj Matej

Dragi prijatelju,

nedavno sam se doselio iz Njemačke sa svojim roditeljima. Teško mi je jer se moja obitelj često seli i ja svaki put idem u drugu školu. Pokušavam se sprijateljiti, no djeca iz razreda me ne razumiju i ne igraju se sa mnom. Osjećam se kao da sam drugačiji od njih. Osjećam se vrlo usamljeno. Mislim da se nitko ne želi igrati sa mnom i da mi nitko ne želi biti prijatelj. Potrebna mi je tvoja pomoć.

Tvoj Dinko

Dragi prijatelju,

nadam se da si dobro. Imam jedan problem koji želim podijeliti s tobom. Oduvijek sam bila jako dobra u školi. No, svaki put kada dobijem dobru ocjenu na testu, dvije prijateljice iz razreda budu ljubomorne i govore da sam „štreberica“. Uvijek mi se rugaju. Sada svi u razredu misle da sam štreberica. Bojim se razgovarati bilo s kim da ne bi mislili da sam gubitnica. Možeš li mi pomoći?

Tvoja Klara

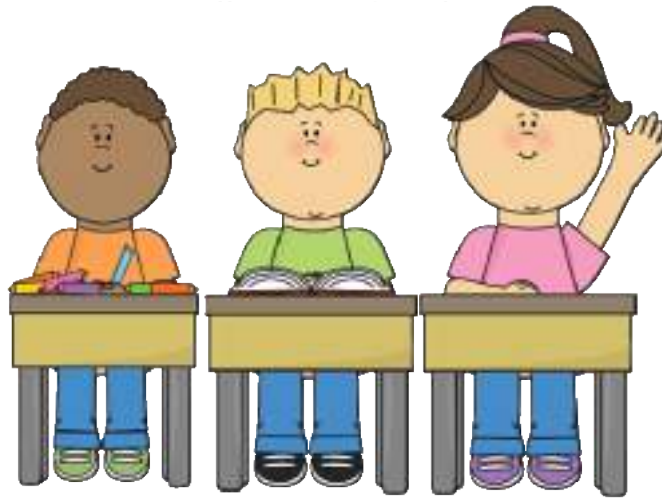




NISAM JA, NIJE UVIJEK, NIJE SVE

Pomozite djetetu da odredi koji dijelovi pokazuju da Suzana razmišlja na načine NISAM JA, NIJE UVIJEK i NIJE SVE. Potaknite dijete da označi različite dijelove različitim bojama.

Suzana postane jako sramežljiva kada treba odgovoriti na pitanje pred cijelim razredom. Ona misli da će joj se druga djeca rugati ako ne odgovori točno. No, Suzana pokušava razmišljati pozitivno!



„Ne mislim da sam ja jedina koja se srami kada treba odgovoriti na pitanje pred razredom. Sigurna sam da ima još djece koja se osjećaju isto kao ja. Sramežljiva sam samo kada nisam sigurna u vezi s odgovorom. Kada znam što trebam raditi, onda imam samopouzdanja i mogu odgovoriti na pitanje. Ako pogrešno odgovorim, ne mora značiti da će mi se drugi smijati i da mi više neće htjeti biti prijatelji. Isto tako, učiteljica neće misliti da sam nesposobna i da ništa ne znam. Pogrešan odgovor ne znači da ja nisam pametna.“



Aktivnost 3. Traži se pomoć!

Cilj učenja

Opisati situaciju u kojoj prevladava negativno mišljenje i promijeniti ga u pozitivno.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

promijeniti u pozitivno situaciju u kojoj prevladava negativno mišljenje.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Radni listić *Slavne osobe* (izrezati kartice), radni listić *Pozitivno i negativno mišljenje* (korišten u sklopu prethodne aktivnosti), radni listić *Emin problem*, papir u boji formata A4



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Organizirajte potragu u učionici. Podijelite djecu u dvije ekipe: zelena ekipa i narančasta ekipa. Izrežite kartice iz radnog listića *Slavne osobe* i sakrijte ih posvuda po učionici. Ekipe imaju 10 minuta da pronađu sve kartice u boji svoje ekipe. Zatim ekipe trebaju spojiti imena slavni osoba s odgovarajućom životnom pričom. Nakon igre potaknite djecu da razmisle što je zajedničko navedenim slavnim osobama. Što mislite, što im je prolazilo kroz glavu kada su doživljavali neuspjeh?
3. Proučite s djecom radni listić *Pozitivno i negativno mišljenje*.
4. Potaknite razgovor o optimističnom i pesimističnom načinu razmišljanja (ukoliko procijenite da je potrebno, ponovno pojasnite djeci značenje tih riječi). Postavite djeci sljedeća pitanja:
 - Razmišljate li obično na optimističan ili pesimističan način?
 - Koje su prednosti, a koji nedostatci optimističnoga načina razmišljanja?
 - Koje su prednosti, a koji nedostatci pesimističnoga načina razmišljanja?
5. Pitajte djecu jesu li ikada u novinama primijetili oglase tipa „traži se pomoć“. Ako nisu, pojasnite im na primjeru o čemu je riječ i zadajte djeci da napišu jedan takav oglas u ime nekoga tko prolazi kroz tešku situaciju i razmišlja na pesimističan način. Nakon toga zamolite djecu da zamisle kako bi pomogli toj osobi da promijeni način na koji razmišlja i da joj to napišu u pismu. Potaknite ih da pišu na prazni A4 list papira te da ga ukrase po želji. Ako djeca žele, mogu raditi u skupinama.
6. Kada završe s pisanjem pisama, zamolite djecu da vam pokažu što su napravili. Nakon aktivnosti, izložite u razredu njihove oglase i odgovarajuća pisma.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i zamolite ih da zajedno s njima riješe radni listić kako bi pomogli Emi da razmišlja pozitivno. Trebaju zapisati misao ili misli za Emu koje joj mogu pomoći da razmišlja na načine NISAM JA, NIJE UVIJEK, NIJE SVE.

SLAVNE OSOBE

Thomas Edison	Dok je bio dijete, njegovi su učitelji vjerovali da je „preglup da bi išta naučio“. Bio je otpušten s prva dva posla koja je imao. Nakon 1000 neuspjelih pokušaja, konačno je izumio električnu žarulju.
Walt Disney	Urednik novina za koje je radio otpustio ga je tvrdeći da on „nema mašte niti dobrih ideja!“ Zatim je osnovao jednu tvrtku koja nije dobro poslovala pa je bankrotirao! Nakon toga postigao je veliki uspjeh radeći animirane filmove za djecu.
Bill Gates	Odustao je od studija na Harvardu. Sa svojim partnerom osnovao je tvrtku Traf-O-Data koja je propala. Nakon toga stvorio je vrlo uspješnu tvrtku koja se zove Microsoft.
Albert Einstein	Počeo je govoriti tek s 4 godine, a čitati sa 7 godina. Nije bio dobar učenik pa su ga izbacili iz škole. Na kraju je postao sjajan fizičar te je osvojio Nobelovu nagradu!
J.K. Rowling	Prije nego što je napisala knjige o Harryju Potteru, ova autorica nije imala novaca, a samostalno je brinula o djetetu.





EMIN PROBLEM

Pomozite svojemu djetetu da smisli misao ili misli koje Ema može koristiti kako bi razmišljala na načine NISAM JA, NIJE UVIJEK, NIJE SVE.

Bok, ja sam Ema. Nedavno sam se doselila ovamo sa svojom obitelji iz druge zemlje. I prije smo se selili. Uvijek je ovako i ovo mi se stalno događa. Jako se brinem da neću upoznati nikoga u svojoj novoj školi. Sigurna sam da se nikome neću svidjeti i da se nitko neće htjeti igrati sa mnom. Znam da nikada neću uspjeti pronaći prijatelje. Tako sam nesretna da više ni ne želim ići u školu. Da se bar nismo nikada selili!

Pomozi Emi da razmišlja na načine NISAM JA, NIJE UVIJEK i NIJE SVE:



Cjelina 2. Dobro je misliti pozitivno

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- odrediti koji osjećaji i radnje mogu uslijediti nakon pozitivne misli
- upotpuniti slijed *misli* → *osjećaji* → *radnje*
- upotpuniti slijed *misli* → *osjećaji* → *radnje* koristeći dijagram.

Aktivnost 1. Martinove misli, osjećaji i radnje

Cilj učenja

Odrediti koji osjećaji i radnje mogu uslijediti nakon pozitivne misli.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati osjećaje i radnje koje mogu uslijediti nakon pozitivne misli.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Radni listić *Martinove misli, osjećaji i radnje* (prethodno izrezati), radni listić *Sandra i Jelena*, šešir (ili kutija)



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Najavite djeci da će pomoći Martinu da odijeli svoje misli od svojih osjećaja i radnji. Nacrtajte 3 stupca na ploču: po jedan stupac za MISLI, OSJEĆAJE i RADNJE. Stavite u šešir prethodno pripremljene kartice s mislima, osjećajima i radnjama (izrezane iz radnog listića). Zamolite djecu da izvuku po jednu karticu iz šešira i da odrede radi li se o misli, osjećaju ili radnji, a potom je razvrstaju u pravi stupac. Ako smatrate da će ova vježba djeci biti preteška, onda započnite tako što ćete vi odijeliti misli od osjećaja.
3. Podijelite djecu u skupine i svakoj dodijelite po jednu Martinovu pozitivnu misao iz prošle vježbe. Zamolite djecu da igrom uloga prikažu osjećaje i radnje koji mogu proizaći iz zadane misli.
4. Nakon svake igre uloga raspravite o kojim se mislima, osjećajima i radnjama radilo.



Zamolite djecu da zajedno s roditeljima prouče radni listić sa Sandrinim i Jelenim problemom. Dok Sandra razmišlja o problemu na negativan način, Jelena na njega gleda s vedre strane. Zamolite djecu da uz pomoć roditelja ispune praznine u dijagramu s osjećajima i radnjama Sandre i Jelene.

MARTINOVE MISLI, OSJEĆAJI I RADNJE

U školi imam puno prijatelja.

Mislim da ne mogu trčati tako brzo kao Jakov.

Ako postavim neko pitanje, moji prijatelji će misliti da sam blesav.

Učiteljica nikada ne odabere mene da budem kapetan ekipe! To znači da sam kao sportaš beznadan slučaj.

Ako pokušam razgovarati s Katarinom, mislim da ćemo opet biti prijatelji.

Ja rado pomažem.

sretan

nervozan

uplašen

ljut

pun nade

zadovoljan

Pitam Martu i Tina žele li se igrati sa mnom.

Sjedim i ne sudjelujem u utrci.

Prepisujem školski rad od učenika koji sjedi do mene.

Ne sudjelujem u košarkaškoj utakmici.

Idem razgovarati s Katarinom i reći joj da mi je žao.

Pomažem Greti u rješavanju njezina zadatka.





SANDRA I JELENA

Zajedno s djetetom pročitajte problem koji imaju Sandra i Jelena i kako one vjerojatno razmišljaju o njemu. Pomozite djetetu da u prazna polja napiše kako bi se mogla osjećati i što bi mogla učiniti Jelena, a što Sandra.

	Sandra	Jelena
Problem	Sandra i Jelena upravo su doselile u novi grad i krenule u novu školu. Ondje nikoga ne poznaju. Za vrijeme odmora, nitko im ne prilazi i ne razgovara s njima pa one same jedu svoju užinu.	
Misli	„Nitko ne razgovara sa mnom. Sigurno im se ne sviđam. Najvjerojatnije nikada neću naći prijatelje u ovoj školi.“	„Naravno da nitko ne razgovara sa mnom. Tek je prvi dan i još uvijek sam nova. Možda su sramežljivi. Ako se nasmiješim i pozdravim ih, možda će oni shvatiti da se želim družiti s njima.“
Osjećaji i radnje		



Aktivnost 2. Osjećaji i radnje koje nedostaju

Cilj učenja

Upotpuniti slijed *misli* → *osjećaji* → *radnje*.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

nadopuniti slijed *misli*, *osjećaji* i *radnje*.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Radni listić *Martinove misli, osjećaji i radnje* (kopirati i izrezati za svaku grupu), radni listić *Misli, osjećaji i radnje*, radni listić *Problem odrasle osobe*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite djecu u nekoliko skupina od četiri do pet članova i svakoj skupini dajte primjerak radnog listića *Martinove misli, osjećaji i radnje* (prethodno treba izrezati svaku misao, osjećaj i radnju). Zamolite djecu da poslože kako je koja misao dovela do kojeg osjećaja i radnje te da ostatku razreda prezentiraju kako su izvršili zadatak.
3. Zamolite djecu da u parovima upišu misli, osjećaje i radnje koje nedostaju u dijagramu na radnom listiću *Misli, osjećaji i radnje* i razgovarajte s njima o tome kako su riješili zadatak.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i zamolite ih da intervjuiraju roditelje o nekom problemu koji su imali. Djeca mogu pitati roditelja kakve su mu misli tada prolazile kroz glavu, kako se osjećao nakon što je razmišljao na taj način, što je na kraju učinio zbog tih misli i osjećaja. Na kraju djeca trebaju popuniti dijagram *misli* → *osjećaji* → *radnje* iz radnog listića.

MARTINOVE MISLI, OSJEĆAJI I RADNJE

U školi imam puno prijatelja.

Mislim da ne mogu trčati tako brzo kao Jakov.

Ako postavim neko pitanje, moji prijatelji će misliti da sam blesav.

Učiteljica nikada ne odabere mene da budem kapetan ekipe! To znači da sam kao sportaš beznadan slučaj.

Ako pokušam razgovarati s Katarinom, mislim da ćemo opet biti prijatelji.

Ja rado pomažem.

sretan

nervozan

uplašen

ljut

pun nade

zadovoljan

Pitam Martu i Tina žele li se igrati sa mnom.

Sjedim i ne sudjelujem u utrci.

Prepisujem školski rad od učenika koji sjedi do mene.

Ne sudjelujem u košarkaškoj utakmici.

Idem razgovarati s Katarinom i reći joj da mi je žao.

Pomažem Greti u rješavanju njezina zadatka.



MISLI, OSJEĆAJI I RADNJE

Popuni praznine

Poteškoća	Misao	Osjećaji	Radnje
Na satu biologije posljednjeg su te izabrali kao člana ekipe.	„U redu je. Iva i Sanja su odabrane prve zato što su jako dobre u biologiji. Ja sam dobar u tjelesnom – obično me prvog odaberu za ekipu na tjelesnom.“		

Poteškoća	Misao	Osjećaji	Radnje
Uvijek postižeš odlične rezultate na testovima pa te neki dan jedan tvoj prijatelj nazvao „štrebericom“.	„To što me Toni nazvao „štrebericom“ ne znači da stvarno to i jesam.“		



**PROBLEM ODRASLE OSOBE**

Dozvolite svojem djetetu da vas intervjuira o nekom problemu koji ste doživjeli, te da razgovara s vama o mislima, osjećajima i radnjama vezanima uz taj problem. Potaknite dijete da sve to zapiše ovdje.

O kakvom se problemu radilo?



Što je odrasla osoba mislila?



Kako se odrasla osoba osjećala?



Što je odrasla osoba učinila?



Aktivnost 3. Sarin dnevnik

Cilj učenja

Upotpuniti slijed *misli* → *osjećaj* → *radnje* koristeći dijagram.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

koristiti dijagram za popunjavanje slijeda *misli* → *osjećaj* → *radnje*.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Radni listić *Dijagram misli* → *osjećaj* → *radnje*, radni listić *Moj dijagram misli - osjećaji – radnje*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Najavite djeci da će pročitati odlomke iz Sarina dnevnika i svima podijelite primjerak odlomaka koje će čitati. Zamolite ih da u parovima označe ili podvuku misli, osjećaje i radnje koje Sara opisuje u svojem dnevniku te razgovarajte o tome.

Sarin dnevnik

Dragi dnevniče,

danas se dogodilo toliko toga! Čim sam stigla u školu, primijetila sam da me Josipa i Nikolina gledaju i da se smiju. Mislim da su me ogovarale. Vjerojatno su pričale o lošoj ocjeni koju sam jučer dobila iz povijesti. Bila sam jako ljuta i povrijeđena. Naravno, nisam s njima razgovarala cijeli dan! Neću se družiti s nekim tko me ogovara!

Za vrijeme odmora, cijeli se razred podijelio u dvije ekipe za nogomet. Na pola igre ozlijedila sam nogu i više nisam mogla igrati. Nije bila moja krivica niti sam ja mogla išta poduzeti u vezi s time. Najvažnije je da se nisam jako ozlijedila. Dalje sam sjedila i gledala kako druga djeca igraju te sam navijala za svoju ekipu.

To je sve za sada. Mama me zove!

Sara

3. Zamolite djecu da odaberu jednu poteškoću koju je Sara doživjela te da na radni listić nacrtaju njezine misli, osjećaje i radnje.
4. Na kraju aktivnosti potaknite djecu da pokažu svoje dijagrame ostalima u razredu.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i zamolite ih da uz pomoć roditelja popune dijagram *misli* → *osjećaj* → *radnje* koji se odnosi na neku poteškoću koju su doživjeli.

DIJAGRAM MISLI → OSJEĆAJI → RADNJE

Napiši poteškoću

Nacrtaj Sarinu misao

Nacrtaj što je Sara osjećala

Nacrtaj što je Sara učinila





MOJ DIJAGRAM MISLI-OSJEĆAJI-RADNJE

Pomozite svom djetetu da popuni dijagram o nekoj poteškoći koju je doživio/doživjela.

Razmisli o nekoj poteškoći koju su doživio/doživjela i zapiši je ovdje.



Sada je pokušaj sagledati s vedrije strane. Koje ti pozitivne misli mogu pomoći da savladaš poteškoću?



Kako se osjećaš zbog tih misli?



Što ćeš učiniti ako budeš razmišljao/la na taj način i tako se osjećao/la?



Cjelina 3. Promijeniti negativne misli

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- odrediti jednu negativnu misao i jednu pozitivnu izjavu koja ju osporava
- navesti tri pozitivne misli o sebi
- odrediti što im može pomoći da razmišljaju pozitivnije kada ih zaokupljaju negativne misli.

Aktivnost 1. Zec i kornjača

Cilj učenja

Odrediti jednu negativnu misao i jednu pozitivnu izjavu koja ju osporava.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći će:

osmisлити jednu negativnu misao i jednu pozitivnu izjavu koja ju osporava.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Prazne kartice za posjetnice (izrezati od kartona ili papira), flomasteri, paste, radni listić *Svijetla točka*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci Ezopovu basnu:

Zec i kornjača

Živio jednom jedan zec koji se stalno hvalio da jako brzo trči. Kornjači, koja je bila spora i uporna, dojadilo je slušati kako se zec hvali te ga je izazvala da se utrkuje s njom. Sve šumske životinje došle su gledati utrku.

Zec je potrčao niz cestu, no onda je stao da se malo odmori. Okrenuo se i vidio da je kornjača još uvijek jako daleko i da se kreće vrlo sporim i umjerenim korakom. Vidjevši da ima puno vremena dok ga kornjača ne dostigne, zec je odlučio malo odrijetati. Kornjača je nastavila hodati svojim sporim i umjerenim korakom. Nije stala sve dok nije stigla do cilja.

Zec se probudio i nastavio trčati, no bilo je prekasno. Kornjača je pobijedila.

3. Zamolite djecu da razmisle o sljedećim pitanjima i da ih u parovima prodiskutiraju:
 - Što mislite, kako je zec razmišljao za vrijeme utrke? A kornjača? Zapišite nekoliko misli tih dviju životinja.
 - Što mislite, kako su zec i kornjača gledali na izazove?
 - Da vi sudjelujete u utrci, biste li trčali kao zec ili kao kornjača? Ili kao neka druga životinja? Zašto?
4. Zatim potaknite djecu da iznesu svoje mišljenje i da razgovaraju o tome.
5. Podijelite djeci prazne kartice za posjetnice i zamolite ih da na jednu stranu zapišu negativnu misao o sebi, a na drugu stranu pozitivnu izjavu koja proturječi toj misli (ako procijenite da je potrebno, dajte im jedan primjer). Potaknite ih da ukrase svoje pozitivne posjetnice kako žele. One ih trebaju podsjetiti na pozitivnu misao kada ih uzrujaju vlastite negativne misli.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i zamolite ih da u suradnji s roditeljima pronađu svijetlu točku neke loše situacije. Potaknite ih da pišu o nekom problemu ili poteškoći, a zatim da razmisle o jednoj dobroj stvari u toj situaciji. Što mogu naučiti iz svoje poteškoće?



SVIJETLA TOČKA

Potaknite svoje dijete da se sjeti nekog svojega problema ili poteškoće, a zatim mu pomozite da pronađe jednu dobru stvar u vezi sa svojom situacijom.

Opiši jedan problem ili poteškoću:

Sada pokušaj u tome pronaći svijetlu točku. Što je dobro u vezi s tom tvojom situacijom?



Aktivnost 2. Pozitivna snaga

Cilj učenja

Odrediti tri pozitivne misli o sebi.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

nabrojiti tri pozitivne misli o sebi.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Papir u boji, flomasteri, pastele, ukrasi, radni listić *Što bi učinio netko drugi?*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci biografiju Stevea Jobsa⁴:

Nakon srednje škole, Steve Jobs upisao se na fakultet od kojeg je odustao nakon samo 6 mjeseci. Godine 1974. počeo je raditi kao dizajner videoigrica, no odustao je od toga nakon nekoliko mjeseci. Kad je imao samo 21 godinu, zajedno sa svojim poslovnim partnerom Steveom Wozniakom pokrenuo je tvrtku *Apple Computers*. Iduće godine, *Apple Computers* postala je vrlo uspješna tvrtka. Međutim, nije bila dovoljno konkurentna drugim računalnim kompanijama pa je Jobs 1985. napustio Apple i pokrenuo novu tvrtku pod imenom NeXT, koja se bavila računalima. Iduće godine Jobs je kupio tvrtku kasnije poznatu kao *Pixar Animation Studios*, koja će stvoriti popularne animirane filmove *Priča o igračkama*, *U potrazi za Nemom* i *Izbavitelji*. Nekoliko godina kasnije, vratio se u *Apple* kao glavni izvršni direktor tvrtke i bio je zaslužan za njezin povratak među uspješne tvrtke. *Apple* je lansirao Macbook Air, iPod i iPhone. 5. listopada 2011. *Apple* je objavio da je suosnivač tvrtke preminuo. Jobs je imao 56 godina.

3. Zamolite djecu da u parovima prodiskutiraju o sljedećim pitanjima:
 - Kako je Steve Jobs gledao na izazove s kojima se susretao u životu?
 - Možete li pretpostaviti koje su pozitivne misli usmjeravale Stevea Jobsa kada se nalazio u poteškoćama?
 - Što mislite, kako je Steve Jobs postao tako uspješan?
4. Zamolite djecu da navedu 3 pozitivne misli o sebi koje im mogu pomoći da se suprotstave svojim negativnim mislima. Potaknite djecu da izrade poster *Moć pozitivne* na koji će zapisati te tri misli, a zatim ga pokazati ostalima u razredu.

⁴ Preuzeto iz: Isaacson, 2011.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i zamolite ih da uz pomoć roditelja zapišu neki problem ili poteškoću, a potom da pitaju članove obitelji kako bi oni razmišljali i što bi rekli i učinili u istoj situaciji. Ova vježba pomoći će djeci da razumiju da je moguće o problemima razmišljati na različite načine.



ŠTO BI UČINIO NETKO DRUGI?

Pitajte svoje dijete o nekome problemu ili poteškoći koju je doživio/la. Recite što biste vi rekli i učinili drugačije te kako biste razmišljali u toj situaciji. Tako ćete pokazati da možemo razmišljati o problemima i rješavati ih na različite načine.

Opiši neki problemi ili poteškoću kroz koju prolaziš.

Sada pitaj članove svoje obitelji što bi oni učinili, rekli ili mislili u takvoj situaciji. Zapiši njihove odgovore.



Aktivnost 3. Inspirativno razmišljanje

Cilj učenja

Odrediti što djeci može pomoći da razmišljaju pozitivnije kada ih zaokupljaju negativne misli.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

koristiti pozitivne misli kada me zaokupljaju negativne misli.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Radni listić *Pozitivan samogovor za djecu* (prethodno izrezati rečenice), radni listić *Pozitivni citati za djecu* (prethodno izrezati citate), album za svako dijete (napravljen od dva papira A4 formata koja se presaviju na pola te se jedan umetne u drugi tako da se dobije knjižica koja se može listati), ukrasi, flomasteri, pastele, radni listić *Najrealističniji scenarij*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Postavite pozitivne afirmacije i inspirativne citate s radnih listića *Pozitivan samogovor za djecu* i *Pozitivni citati za djecu* na sredinu. Zamolite djecu da odaberu jednu pozitivnu misao za sebe i jednu za prijatelja (Organizirajte djecu tako da svatko obvezno dobije pozitivnu misao od druge osobe). Potaknite djecu da kažu razredu koje su misli odabrali i zašto. Pitanja kojima ih možete potaknuti na razmišljanje su sljedeća:
 - Koju misao ste odabrali za sebe? Zašto? Zbog čega vam se sviđela?
 - Koju misao ste odabrali za prijatelja? Zašto? Što ste htjeli njome poručiti svom prijatelju?
 - Što si govorite kada se nalazite u nekoj teškoj situaciji? Koje si pozitivne stvari govorite?
3. Potaknite djecu da izrade *Album pozitivnih afirmacija*. Kroz njega mogu izraziti negativne misli koje ih možda zaokupljaju i odrediti pozitivne afirmacije o sebi, pozitivne misli, crteže, pjesme i ostalo.



Važno je razmišljati optimistično, no također je važno imati realistična očekivanja. Podijelite djeci radne listiće za roditelje i potaknite ih da zajedno osmisle najbolji mogući scenarij i najrealističniji scenarij za svaku situaciju navedenu na radnom listiću. Ova će vježba pomoći djeci da shvate razliku između te dvije stvari. Razgovarajte s djecom o tome sljedećega dana na satu.

POZITIVAN SAMOGOVOR ZA DJECU

Ja sam poseban/na.	Dobar sam prijatelj./ Dobra sam prijateljica.	Pažljiv/a sam.	Rado pomažem drugima.
Jak/a sam.	Sposoban/na sam	Strpljiv/a sam.	Dovoljno sam dobar/ra.
Izazovi mi pomažu da nešto naučim.	Vjerujem u sebe.	Dobra sam osoba.	Mogu postići ono što želim.
Vjerujem u svoje snove.	Mogu postići što god želim.	Nikada ne odustajem.	Ako ne uspijem, mogu pokušati ponovno.
Na greškama se uči.	Pokušavam učiti na svojim greškama.	Iskren/a sam.	Jedinstven/a sam.
Marljiv/a sam	Pomažem svojoj obitelji.	Mogu postići svoje ciljeve ako radim na njima.	Sve će biti u redu.
Ne bojim se pogriješiti.	Greške su sastavni dio učenja.	Uspjet ću.	Ja to mogu.



POZITIVNI CITATI ZA DJECU

<p><i>Što god ti se dogodilo, ili se možeš zbog toga sažalijevati ili se možeš odnositi prema tome kao prema daru. Sve je ili prilika da se razvijaš ili prepreka koja te u tome sprečava. Izbor je tvoj.</i></p> <p>Dr. Wayne Dyer</p>	<p><i>Naša najveća slabost je odustajanje, a najsigurniji put koji vodi do uspjeha je pokušati bar još jednom.</i></p> <p>Thomas Edison</p>	<p><i>Pesimist vidi poteškoće u svakom izazovu; optimist vidi priliku u svakoj poteškoći.</i></p> <p>Winston Churchill</p>
<p>Pogreške su dokaz da se trudiš</p>	<p>Sretne misli. Sretan čovjek!</p>	<p>Raduj se malim stvarima.</p>
<p><i>Što ako ne uspijem? O, srećo moja, a što ako poletiš?</i></p> <p>Erin Hanson</p>	<p><i>Obećaj mi da ćeš zauvijek zapamtiti: Ti si hrabrija nego što vjeruješ, jača nego što se čini, pametnija nego što misliš.</i></p> <p>A.A. Milne</p>	<p><i>Pazi na to kako razgovaraš sam/a sa sobom, jer si ti taj/ta tko te sluša.</i></p> <p>Lisa M. Hayes</p>





NAJREALISTIČNIJI SCENARIJ

Pomozite svojemu djetetu da smisli jedan najbolji i jedan najrealističniji scenarij za svaku sljedeću situaciju:

1. Sutra u školi imate prezentaciju projekta, no ti se bojiš govoriti pred cijelim razredom.

Najbolji scenarij: _____

Najrealističniji scenarij: _____

2. Prijateljica ti je obećala da će se igrati s tobom za vrijeme odmora, no ti je ne možeš naći.

Najbolji scenarij: _____

Najrealističniji scenarij: _____

3. Ove godine ćeš se pridružiti nogometnom klubu, no ne poznaješ nikoga i sutra ti je prvi dan.

Najbolji scenarij: _____

Najrealističniji scenarij: _____

4. Posvađao/la si se sa svojim prijateljima i ne znaš što će se dalje dogoditi.

Najbolji scenarij: _____

Najrealističniji scenarij: _____



PODTEMA 2. Pozitivne emocije

Kroz realizaciju ove podteme djeci će biti omogućeno da postanu svjesni pozitivnih emocija, da ih prepoznaju i njima upravljaju. Pozitivne emocije kao što su nada, sreća i humor grade osobne i socijalne resurse i ublažavaju psihološke probleme (Fredrickson, 2001). U prvoj cjelini djeca imaju priliku sudjelovati u aktivnostima koje potiču nadu. Nadanje je proces u kojemu se pojedinac upušta u misli o putevima do cilja, odnosno ima sposobnost postaviti ciljeve i osmisliti puteve kojima ih može postići, razmišlja o vlastitim kapacitetima za ostvarivanje cilja i ima motivaciju i vjeru da je te ciljeve moguće postići (Snyder, 1994). U cjelini koja se bavi srećom djecu se potiče da dalje istraže tu emociju, uključivši sve ono što ih čini sretnima, što mogu učiniti kako bi popravili svoje raspoloženje te kako mogu usrećiti druge. U zadnjoj cjelini o humoru, djeca će dobiti priliku naučiti kako sagledati smiješnu stranu problema i iskoristiti humor na pozitivan način.

CJELINA 1. NADA

Ciljevi učenja

- ne gubiti nadu ako prvi pokušaj ostvarivanja cilja nije bio uspješan
- imati optimističan stav kada se postavljaju osobni ciljevi
- imati optimističan stav kada se razmišlja o budućnosti.

CJELINA 2. SREĆA

Ciljevi učenja

- utvrditi što se sve može poduzeti kako bi loše raspoloženje pretvorili u dobro
- koristiti strategiju „preokretanja osjećaja” kako bi neugodne osjećaje pretvorili u ugodne
- opisati osobu, mjesto, predmet ili događaj koji nas usrećuje.

CJELINA 3. HUMOR

Ciljevi učenja

- odrediti kako osigurati da je humor koristan i da nikome ne šteti
 - odrediti što se može učiniti da bismo se nasmijali kada se osjećamo uznemireno
 - prepoznati što su poželjne, a što nepoželjne karakteristike humora.
-

Savjeti za učitelje/učiteljice

1. Neka vam fotoapararat bude stalno u blizini da možete zabilježiti posebne trenutke kada su djeca sretna, npr. nečiji rođendan ili pobjedu na natjecanju. Djeca mogu izraditi razredni album sretnih uspomena iz škole.
2. Organizirajte dan „Razveseli nekoga“. Potaknite djecu da podijele svoju sreću s ostalim vršnjacima tako da im kažu, napišu ili učine nešto lijepo. Mogu pokazati zanimanje i poslušati što ih brine, reći im nešto lijepo, izraditi im dar, poigrati se s njima ili im napisati posebnu poruku.
3. Kada djeca nisu dobre volje ili imaju loš dan, organizirajte šetnju ili potragu (vani ili u učionici) za nečim što bi ih moglo oraspoložiti, npr. igrom, knjigom ili prijateljem za razgovor.
4. Kada djeca počnu gubiti volju za ostvarivanje svojih ciljeva, pomozite im da rastave ciljeve na manje korake.
5. U vašu tjednu rutinu uvedite aktivnost „Budi sretan što je ponedjeljak“ umjesto „Napokon je petak“. Započnite ponedjeljak veselom pjesmom ili smiješnom pričom kako bi se djeca veselila nadolazećem tjednu.

Cjelina 1. Nada

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- ne gubiti nadu ako prvi pokušaj ostvarivanja cilja nije bio uspješan
- imati optimističan stav kada postavljaju osobne ciljeve
- imati optimističan stav kada razmišljaju o budućnosti.

Aktivnost 1. Pandorina kutija

Cilj učenja

Ne gubiti nadu ako prvi pokušaj ostvarivanja cilja nije bio uspješan.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

ne izgubiti nadu ako u prvom pokušaju ne ostvarim svoj cilj.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Radni listić *Kako ne gubiti nadu*, radni listić *Scenariji* (prethodno izrezati), radni listić *Plan B*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču:

Pandorina kutija

U davna vremena, okupiše se antički bogovi koji su odlučili stvoriti remek-djelo. Stvorili su Pandoru, savršenu djevojku. Bogovi su obdarili Pandoru najdragocjenijim darovima – ljepotom, inteligencijom, mudrošću, raznim vještinama. Na kraju su je odveli Jupiteru, kralju svih bogova. I Jupiter joj je nešto htio pokloniti prije nego što ju pošalje na zemlju. Njemu se nisu svidjeli darovi drugih bogova, pa joj je on odlučio dati jednu sasvim običnu kutiju s poklopcem. Upozorio je Pandoru da nikada ne otvara kutiju, ni u kojim okolnostima. No, Pandora nije mogla odoljeti iskušenju da sazna što se nalazi u kutiji. Tako je jednoga dana ipak otvorila kutiju. Na njezin užas iz kutije su izašla sva zla koja su otada uzrok patnje čitavoga čovječanstva: siromaštvo, glad, bolest, očaj, pohlepa, sebičnost... Sva ta zla već su se proširila svijetom prije nego što je Pandora stigla zatvoriti kutiju, a u kutiji je ostala samo nada. Svijet je bio vrlo hladan i turoban, a onda je Pandora opet otvorila kutiju te je iz nje izašla nada. Srećom, ljudi su onda uz pomoć nade uspijevali preživjeti sva zla koja su izašla iz kutije.

3. Pitajte djecu:
 - Što znači *nada* i *nadati se*?
 - Je li važno imati nadu? Zašto da ili zašto ne?
 - Zašto se u priči kaže da su ljudi uz pomoć nade uspjeli preživjeti sve loše što im se događalo? Slažete li se s time ili ne?
4. Zajedno s djecom proučite radni listić *Kako ne gubiti nadu*.
5. Podijelite djecu u nekoliko jednakih skupina i svakoj zadajte po jedan scenarij s radnog listića *Scenariji*. U svakome se radi o djetetu koje je postavilo neki cilj, ali ga nije uspjelo isprve ostvariti. Zamolite djecu da pokušaju isplanirati neki drugi cilj, uz pomoć sljedećih pitanja:
 - Koje vam misli mogu pomoći da ne gubite nadu?
 - Koji drugi plan (*plan B*) možete smisliti kako biste poboljšali situaciju?
 - Kako biste pokušali ostvariti taj cilj?
6. Zamolite djecu, da kada budu spremna, prezentiraju svoje odgovore ostatku razreda i zajedno raspravite scenarije.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i predložite im da zajedno s njima na listić opišu nešto što su pokušali ostvariti, ali nisu uspjeli. Potaknite ih da razmisle o drugim ciljevima na kojima bi mogli raditi kako bi postigli ono što žele.

KAKO NE GUBITI NADU

Što je NADA ?

- o **Nada** je vjera da će stvari biti bolje iako trenutno ne znamo kako.
- o Postoji puno simbola iz prirode ili naših života koji nam dokazuju da nakon teških razdoblja slijede bolja vremena. Na primjer, nakon oluje pojavljuje se sunce i duga. Možete li se sjetiti drugih primjera? Pada li vam na pamet neko loše razdoblje kroz koje ste prošli (a o kojem ste spremni razgovarati s nama), nakon kojega je uslijedilo bolje razdoblje? Što vam je pomoglo da prebrodite to razdoblje?

Postavljanje CILJEVA

Jedan od načina kako ne gubiti nadu jest da si postavimo ciljeve i radimo na njihovom ostvarivanju. Kako bismo osigurali ostvarivanje svojih ciljeva, trebamo:

- o Postavljati realistične ciljeve.
- o Imati plan A, B i C, u slučaju da ne ispadne sve onako kako smo zamislili.
- o Rastaviti veće ciljeve na nekoliko manjih. To možemo učiniti tako što ćemo izraditi popis onoga što trebamo obaviti.
- o Kada želimo nešto ostvariti, to se možda neće dogoditi odmah. Možda ćemo trebati isprobati različite načine ili ideje kako da to ostvarimo, no važno je da ne odustajemo.
- o Razmišljajte pozitivno. *Ja to mogu* ili *Budi ustrajan* primjeri su kako trebamo razmišljati kada želimo ohrabriti sami sebe. Možete li se sjetiti još nekih primjera?



SCENARIJI

1. Matej je nedavno krenuo u novu školu. Ne poznaje nikoga u svojem novom razredu i jako je usamljen. Pokušao je razgovarati s Katarinom, no ona taj put nije htjela razgovarati s njim.
-

2. Kristijanov najbolji prijatelj Marko nedavno se odselio u drugu zemlju i njih se dvojica više ne mogu družiti. Kristijan je napisao pismo svojem prijatelju, no Marko mu nije odgovorio.
-

3. Branki je matematika jako teška. Zbog toga joj je jako neugodno. Dok je učila za test, ispisala je tablicu množenja mnogo puta, no ipak nije dobila pozitivnu ocjenu.
-

4. Neka djeca u školi zlostavljaju Mirtu. Već je to pokušala reći jednoj odrasloj osobi u školi, no ona je mislila da se druga djeca samo šale na njezin račun. Mirta je jako povrijeđena.
-

5. Hrvojevi prijatelji su ljubomorni zato što on gotovo uvijek pobijedi u svim sportskim igrama za vrijeme odmora. Hrvoje sada ima osjećaj da se više nitko ne želi igrati s njime. Pokušao je razgovarati s Jakovom, svojim prijateljem, no on mu se na to narugao.
-





PLAN B

Potaknite svoje dijete da razmisli o nečemu što je htio/htjela ostvariti, ali nije uspio/uspjela. Zamolite dijete da vam ispriča kako se tada osjećao/la. Pomozite mu/joj da smisli druge slične ciljeve na kojima može raditi.

Opiši nešto što si htio/htjela ostvariti, ali ti to nije uspjelo:

.....

.....

.....

.....

Kako si se osjećao/la?

.....

.....

.....

.....

Koje bi druge ciljeve mogao/la postaviti?

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Aktivnost 2. Moj cilj

Cilj učenja

Imati optimističan stav kada se postavljaju osobni ciljevi.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

razmišljati optimistično kada postavljam osobne ciljeve.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Radni listić *Moj cilj*, radni listić *Pokušavam ostvariti svoj cilj*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci priču Hansa Christiana Andersena:

Beskrajna priča⁵

Bila jednom jedna biljčica lana. Bila je jako sretna što ima svoje sitne plave cvjetice i svoje lišće. Bila je zahvalna na nježnim milovanjima kiše. Jednoga dana, jedan ju je seljak istrgnuo iz tla. Biljčica je zatim prošla kroz razne strojeve koji su je savijali i rastezali na sve moguće načine. No nije se žalila jer je bila zahvalna na svim lijepim stvarima koje je dobila u životu. Međutim, njezin život nije bio gotov. Kad je konačno izašla iz posljednjega stroja, postala je veličanstvena tkanina. Svi su hvalili njezinu ljepotu što je lanu pričinjavalo veliko zadovoljstvo. No, onda su tkaninu napale škare i igla, što je tkanini bilo iznimno nelagodno. Međutim to ju je pretvorilo u prekrasnu košulju. Lan je neprestano govorio kako je njegov život sretan unatoč poteškoćama kroz koje prolazi. Ipak, radosti i boli lanovog života još nisu završile. Kada se košulja istrošila, vlasnici su je bacili. Završila je tako da je pretvorena u papir. Papir je prošao kroz tiskarski stroj i tako postao knjiga. Na kraju je knjiga spaljena, a dim u koji se pretvorila uzdigao se u nebo.

3. Pitajte djecu:
 - Kako je razmišljala i kakav stav je imala biljka lana? Kako je gledala na nedaće koje je iskusila tijekom svojega života?
 - Kako je uspjela ne gubiti nadu?
 - Da ste vi biljka lana, biste li i vi doživljavali te nedaće na isti način? Što biste učinili isto, a što drugačije?
4. Podijelite djeci radni listić *Moj cilj*. Prođite s njima kroz navedeni primjer i provjerite je li nešto nejasno.

⁵ Preuzeto iz Padoan, 1986

5. Zamolite djecu da ispune drugu stranu radnog listića tako što će zapisati svoj osobni cilj. Važno je da taj cilj na početku bude manji i realističan te da ne bude pretežak za ostvarivanje.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i potaknite ih da uz pomoć roditelja pokušaju ostvariti svoj cilj i da na radnom listiću opišu svoje iskustvo.

MOJ CILJ

Primjer

Želite li da neke stvari u vašem životu budu bolje? Ako se želimo nadati i vjerovati da će stvari biti bolje, onda trebamo postaviti cilj i pokušati ga ostvariti. Pogledajte ovaj primjer, a onda pokušajte postaviti svoj cilj:

1. Ono što želim promijeniti u svojem životu je kako čitam.
2. Ja želim poboljšati svoju vještinu čitanja.
3. U redu... sada pokušaj biti određeniji/a! Želim pročitati jednu knjigu svaki tjedan.
4. Ono što je dobro u vezi s postizanjem ovoga cilja je...
 - o neće mi biti dosadno u slobodno vrijeme.
 - o mogu popraviti svoje vještine čitanja i pisanja.
 - o mogu razmjenjivati knjige s prijateljima.
5. Ovaj cilj mogu ostvariti tako što ću...
 - a) odabrati knjigu iz školske knjižnice.
 - b) čitati kada sam gotov/a s domaćom zadaćom.
 - c) čitati svaki dan po 10 minuta kada dođem iz škole.
6. Tko će ti pomoći da ostvariš svoj cilj? Mama, tata, učitelj/ica.
7. Što si možeš reći kako bi se poticao/la? Ja to mogu! Mogu svaki tjedan pročitati jednu knjigu ako samo pokušam!



MOJ CILJ (nastavak)

1. Ono što želim promijeniti u svojem životu je

2. Ja želim _____

3. U redu... sada pokušaj biti određeniji/a!

4. Ono što je dobro u vezi s postizanjem ovoga cilja je...

o _____

o _____

o _____

5. Ovaj cilj mogu ostvariti tako što ću...

a) _____

b) _____

c) _____

6. Tko će ti pomoći da ostvariš svoj cilj?

7. Što si možeš reći kako bi se poticao/la na ostvarenje svojega cilja?





POKUŠAVAM OSTVARITI SVOJ CILJ

Zamolite svoje dijete da podijeli s vama cilj koji si je postavio/la u školi i kako ga planira ostvariti. Potaknite dijete da ovdje zapiše svoj cilj i plan.

Opiši kako ćeš ostvariti svoj cilj.

A large dashed purple rectangular box containing ten horizontal orange lines for writing.



Aktivnost 3. Moja budućnost

Cilj učenja

Imati optimističan stav dok se razmišlja o budućnosti.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

biti optimističan dok razmišljam o budućnosti.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Tiha, opuštajuća glazba, radni listić *Moji ciljevi za budućnost*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Zamolite djecu da razmisle o nekoj osobi kojoj se dive i koja je prošla kroz teško razdoblje, a ipak nije gubila nadu. To može biti neka osoba koja je uspješna unatoč tome što je imala poteškoće, osoba koja je prošla kroz teško razdoblje, no ipak je uspjela ostvariti svoje ciljeve i sl.
3. Potaknite djecu da ispričaju o osobi kojoj se dive. S kakvim poteškoćama se ta osoba suočila? Što misle, što je toj osobi davalo nadu?
4. Pustite glazbu i zamolite djecu da se udobno smjeste u učionici. Polako ih zamolite da zatvore oči i zamisle gdje će se nalaziti za pet godina. Gdje su? Što rade? Što imaju na sebi? Je li netko s njima ili su sami? Kako se osjećaju? (Imajte na umu da neka djeca možda prolaze kroz teško razdoblje pa je moguće da će oni zamisliti tužnu ili ružnu budućnost).
5. Nakon vježbe zamolite djecu da na prazan list papira zapišu odgovore na pitanja kojima ih nastojite potaknuti na razmišljanje o onome što su zamišljali:
 - Opišite ili nacrtajte kako ste zamislili sebe za pet godina.
(Ako su djeca nacrtala ružnu budućnost, potaknite ih da razmisle o tome da postoji i alternativa – možda im u tome mogu pomoći i njihovi vršnjaci).
 - Kako se ta osoba razlikuje od vas kakvi ste danas?
 - Mislite li da možete postati osoba koju ste zamislili? Zašto da ili zašto ne?
 - Što možete učiniti danas što bi vam pomoglo da postanete onakvima kakvima ste se zamislili?
6. Kada djeca završe, potaknite ih na razgovor o tome što su napisali.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i zamolite ih da zapišu što žele postići u budućnosti. Što bi htjeli postići? Što će im pomoći da ostvare svoje ciljeve? Kako će savladati zapreke na koje će možda naići?



MOJI CILJEVI ZA BUDUĆNOST

Pitajte svoje dijete što želi postići u budućnosti. Zamolite ga/ju da to napiše i da navede što ili tko mu/joj može u tome pomoći te kako može savladati prepreke koje će se možda pojaviti.

A large rectangular area with rounded corners, outlined in orange, containing ten horizontal orange lines for writing.



Cjelina 2. Sreća

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- utvrditi što sve mogu poduzeti kako bi loše raspoloženje pretvorili u dobro
- koristiti strategiju „preokretanja osjećaja“ kako bi neugodne osjećaje pretvorili u ugodne
- opisati osobu, mjesto, predmet ili događaj koji ih usrećuje.

Aktivnost 1. Život je pahuljica

Cilj učenja

Utvrditi što se može poduzeti kako bi se loše raspoloženje pretvorilo u dobro.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

navesti što mogu učiniti kako bi pretvorio/la loše raspoloženje u dobro.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Karton, flomasteri, radni listić *Na čemu sam zahvalan/na*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću pjesmu:

Život je pahuljica⁶

**Život je pahuljica
zvijezda padalica
krhki podsjetnik
na sve što jesmo
nastao u kišnoj kapi**

⁶ © Charles Ghigna (preuzeto iz Tasking Times, 2014)

išiban vjetrom
po zraku se vrti
po zraku pleše
dijamant svjetlosti
dragulj na suncu
putovanje nade
novi život otpočet.

3. Pitajte djecu:

- Kako vam se sviđela ova pjesma?
- Koja je pjesnikova poruka o životu?
- Što najviše volite na svijetu oko sebe?
- Na čemu ste u životu najzahvalniji?

4. Podijelite djecu u skupine po petero ili četvero članova. Zamolite ih da izrade popis svega što mogu učiniti kako bi loše raspoloženje pretvorili u dobro. Zatim potaknite svaku skupinu da iznese svoje prijedloge pred ostatkom razreda.

5. Učinite nešto od onoga što su djeca spomenula (npr. pjevajte, plešite, crtajte, odigrajte igru itd.)



Podsjetite djecu da je jedan od recepata za sreću biti zadovoljan onim što imamo i zahvalan na svemu dobrom u svojem životu. Podijelite im radne listiće za roditelje i zamolite djecu da u suradnji s roditeljima nacrtaju obris svoje ruke. Neka na sredinu dlana napišu svoje ime, a na svaki prst po nešto na čemu su zahvalni.



NA ČEMU SAM ZAHVALAN/NA

Zamolite svoje dijete da nacрта obris svojega dlana te da u sredinu upiše svoje ime, a u svaki prst po nešto na čemu je zahvalan/na.

A large, empty rectangular area outlined with a dashed orange border, intended for a child to draw a handprint and write their name and things they are grateful for.

Aktivnost 2. Preokretanje osjećaja

Cilj učenja

Koristiti strategiju „preokretanja osjećaja” kako bi neugodne osjećaje pretvorili u ugodne.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

koristiti strategiju „preokretanja osjećaja” kada se osjećam loše.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Radni listić *Preokretanje osjećaja*, radni listić *Smatraj se sretnim*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci Ezopovu basnu:

Gradski i seoski miš

Seoski miš pozvao je u goste svojega prijatelja, gradskoga miša. Gradskom mišu svidio se svjež zrak i priroda, no život na selu bio je prejednostavan, a hrana preobična za ukus jednoga gradskog miša. Seoski miš poslušao je svojega prijatelja i odlučio zaključati svoju kuću na selu te poći u grad za gradskim mišem.

Gradski miš je živio u luksuznoj kući s velikim zrcalima, mramornim podom, slikama na zidovima i velikim ormarima punim datulja, smokava, voća, kruha, sira i ukusnih kolača. Dvojica prijatelja sjela su kako bi večerali. Seoskome mišu činilo se da je to obrok dostojan kralja. No također, bio je to i vrlo stresan obrok. Svako malo, pojavilo bi se neko dijete, žena ili mačka, pa su miševi, nasmrt preplašeni, morali bježati i sakrivati se u rupu na zidu.

Nakon što se to ponovilo nekoliko puta, seoski miš više nije mogao. Bio je sav blijed i cijeli se tresao. Spakirao je svoj kovčeg i rekao: „Zadrži ti svoju raskoš i bogatstvo. Draži mi je moj način života. Možda je dosadan, ali je puno mirniji nego tvoj.“

3. Pitajte djecu:
 - Kako vam se svidjela ova priča?
 - Zašto se seoski miš htio preseliti u grad?
 - Što je na kraju usrećilo seoskoga miša?
 - Što možete naučiti iz ove priče?
4. Objasnite djeci da svatko ima različite osjećaje i da je to u redu i normalno. Svatko doživljava neugodne osjećaje, no imamo mogućnost odabrati kako ćemo se s njima suočiti i biti sretniji. Naravno, neće svi neugodni osjećaji nestati brzo kao u ovome slučaju, no ipak možemo nešto poduzeti kako bismo ih „doveli u red” i sebe oraspoložili.

5. Prođite s djecom kroz radni listić *Preokretanje osjećaja* i zamolite ih da ga popune samostalno ili zajedno sa svojim parom, a kada su gotovi, zamolite one koji žele da podijele svoje ideje s vama.



Podsjetite djecu da je biti zadovoljan s onim što imamo i biti zahvalan na svemu dobrome u životu jedan od načina kako možemo postati sretni. Podijelite im radne listiće za roditelje i zamolite ih da uz pomoć roditelja navedu 10 stvari i/ili osoba u svojem životu na kojima su zahvalni i koje ih čine sretnima.

PREOKRETANJE OSJEĆAJA

1. Navedite nešto loše što vam se dogodilo, npr. posvađali ste se s prijateljem, imali ste loš dan u školi ili niste dobili nešto što ste htjeli.

2. Kako ste se osjećali?

3. Što biste sljedeći put mogli poduzeti u vezi tim osjećajima?

4. Što biste mogli učiniti kako biste se oraspoložili?





SRETAN/SRETNA SAM

Pomozite svojemu djetetu da razmisli o 10 stvari i/ili osoba u svojem životu na kojima je zahvalno i koje ga čine sretnim. Potaknite dijete da to ovdje napiše:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____



Aktivnost 3. Osjećati zahvalnost

Cilj učenja

Opisati osobu, mjesto, predmet ili događaj koji djecu usređuje.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati osobu, mjesto, predmet ili događaj koji me usređuje.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Karton, flomasteri, pastele, isječki iz časopisa, ljepilo, škare, ukrasi, radni listić *Moj profil sreće*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite djecu u skupine po troje ili četvero i zamolite ih da navedu sve ono što usređuje ljude općenito. Zatim ih pitajte:
 - Kako nas sve od navedenoga može usređiti?
 - Možemo li se zbog onoga što ste naveli dugoročno osjećati gore?
 - Što od navedenog vas usređuje?
3. Zatim objasnite djeci da je jedan od načina kako da budemo sretniji taj da uočavamo ono što je dobro u svojem životu, ono na čemu smo zahvalni i što nas usređuje. Zamolite djecu da izrade kolaž o osobi, predmetu, mjestu ili događaju koji su odabrali i da napišu zašto je navedena stvar ili osoba za njih posebna.
4. Potaknite djecu da prezentiraju svoje kolaže.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i potaknite ih da ispune svoj *Profil sreće* koji kasnije možete izložiti u učionici.



MOJ PROFIL SREĆE

Pomozite svojemu djetetu da ispuni svoj profil sreće.

Ime: _____

Osoba koja me usređuje:

Moja sretna uspomena:

Najzahvalniji/a sam na:

Što činim kako bih dijelio/la sreću s drugima:

Sretan/na sam kada:

Najsretnije mjesto:



Cjelina 3. Humor

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- odrediti kako osigurati da je njihov humor koristan i da nikome ne šteti
- odrediti što mogu učiniti da bi se nasmijali kada su uznemireni
- navesti što je poželjno, a što nepoželjno u humoru.

Aktivnost 1. Pas mojega susjeda

Cilj učenja

Odrediti kako osigurati da je humor koristan i da nikome ne šteti.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati karakteristike korisnoga humora koji ne šteti drugima.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Prazni kartoni ili listovi papira, flomasteri, radni listić *Sve što mi je smiješno*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću pjesmu:

Moj susjed ima ljubičastoga psa⁷

**Moj susjed ima ljubičastoga psa,
Očiju velikih i zelenih.
Rep mu ogroman, dugačak,
Dimenzija nadnaravnih.**

**Taj ljubičasti pas je jako tih,
On nikada, baš nikada ne laje.**

⁷ ©Jack Prelutsky (preuzeto iz: Prelutsky, 1990)

**Pa ipak strah obuzima mene,
Kad god on mi u susret krene.**

**Jer izgleda gadno, a na licu mu uvijek
neki podli osmjeh titra...**

**Prije nego što ga vlasnici u ljubičasto obojiše
On ni manje ni više, krokodil bijaše.**

3. Pitajte djecu:

- Kako vam se svidjela ova pjesma?
 - Što je vama smiješno? Tko od vas voli smiješne priče? Tko voli viceve? Tko voli smiješne TV emisije? Tko voli crtiće? Tko voli šale?
 - Opišite situaciju kada ste se najviše smijali. Što se dogodilo? Zašto je to bilo toliko smiješno?
 - Pomaže li vam smijeh da se osjećate bolje?
 - Kako možemo osigurati da koristimo humor koji pomaže?
 - Zašto je važno koristiti humor koji pomaže?
4. Zamolite djecu da nacrtaju kako zamišljaju susjedovog psa koji je opisan u pjesmi. Potaknite ih da izrade što smješnije crteže!
5. Podijelite djecu u skupine po četiri ili pet članova i svakoj skupini podijelite karton ili list papira i flomastere. Zamolite djecu da navedu što sve mogu učiniti kako bi osigurali da je njihov humor koristan i pristojan i da ne šteti drugima. Potaknite djecu da iznesu svoje stavove ostatku razreda.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i zamolite ih da zajedno izrade zbirku svih stvari koje su im smiješne. Taj kolaž može sadržavati smiješne priče, šale, smiješne događaje koje su doživjeli, jezikolomke, smiješne slike, stripove, crteže i tako dalje. Zamolite djecu da donesu svoje kolaže u školu i da ih pokažu ostalima u razredu, a možete ih i izložiti u učionici.



SVE ŠTO MI JE SMIJEŠNO

Pomozite djetetu da izradi kolaž svih stvari koje su mu/joj smiješne. Kolaž se može sastojati od smiješnih priča, šala, smiješnih događaja koje je dijete doživjelo, jezikolomki, smiješnih slika, stripova, crteža i tako dalje.



Aktivnost 2. Humoristična kutija prve pomoći

Cilj učenja

Određiti što se može učiniti da bismo se nasmijali kada smo uznemireni.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

učiniti nešto da bih se nasmijao/la kada sam uzrujan/a.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Stvari koje nasmijavaju djecu (prethodno dogovoriti s djecom), kutija za cipele (ili neka druga), ukrasi, ljepilo, škare, flomasteri, tempere, paste, radni listić *Nešto smiješno*



1. Nekoliko dana prije same aktivnosti, recite djeci da razmisle o onome što ih nasmijava te da nešto od toga pripreme. To mogu biti smiješne priče, šale, stripovi, jezikolomke, vicevi itd.
2. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
3. Potaknite jedno ili dvoje djece da ispričaju vic ili smiješnu priču koju su pripremili.
4. Pitajte djecu:
 - Što je vama smiješno? Tko od vas voli smiješne priče? Tko voli viceve? Tko voli smiješne TV emisije? Tko voli crtiće? Tko voli šale?
 - Opišite situaciju kada ste se najviše smijali. Što se dogodilo? Zašto je to bilo toliko smiješno?
 - Pomaže li vam smijeh da se osjećate bolje?
 - Kako se možemo uvjeriti da naš humor pomaže?
 - Zašto je važno koristiti humor koji pomaže?
5. Potaknite djecu da prezentiraju stvari koje ih nasmijavaju.
6. Zamolite djecu da stvari koje ih nasmijavaju stave u kutiju i da kutiju ukrase kako god žele. To će biti njihova *Humoristična kutija prve pomoći* koja im može koristiti kada se žele oraspoložiti.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i zamolite ih da na radni listić opišu neki smiješni događaj koji su doživjeli.



NEŠTO SMIJEŠNO

Pomozite svojem djetetu da se prisjeti nekog smiješnog događaja koji mu/joj se dogodio, a zatim ga potaknite da ga opiše i prikaže crtežom.

Nešto smiješno što mi se dogodilo:

A large rounded rectangular area with a dashed purple border, containing six horizontal orange lines for writing.

Ovdje nacrtaj sliku tog događaja.

A large rounded rectangular area with a dashed orange border, intended for drawing.



Aktivnost 3. Pravila humora

Cilj učenja

Prepoznati što su poželjne, a što nepoželjne karakteristike humora.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

navesti poželjne i nepoželjne karakteristike humora.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Radni listić *Jezikolomke* (prethodno izrezati), karton, flomasteri, ljepilo, škare, pastele, ukrasi, radni listić *Kako se šaliti?*



Tijek aktivnosti

1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Ispričajte neki (djeci razumljiv) vic ili pitajte djecu bi li oni htjeli ispričati neku smiješnu priču.
3. Zamolite djecu da sjednu u krug, a u sredinu na jednu hrpu stavite jezikolomke. Neka svako dijete uzme po jednu jezikolomku i pokuša je izgovoriti što brže može.
4. Pitajte djecu:
 - Je li vam se sviđela ova aktivnost?
 - Pomaže li vam smijeh da se osjećate bolje?
 - Kako možemo biti sigurni da naš humor pomaže?
 - Zašto je važno koristiti humor koji pomaže?
5. Podijelite djecu u skupine od četiri do pet članova i svakoj skupini zadajte da osmisli marketinšku kampanju o upotrebi humora pomoću sljedećih pitanja:
 - Može li nam smijeh pomoći da se suočimo s teškom situacijom? Zašto?
 - Kako nam smijeh i humor mogu pomoći u suočavanju s teškim razdobljem?
 - Navedite neka mjesta i trenutke kada smijeh nije prikladan.
 - Može li nekad nešto što je nekome smiješno nekome drugome ne biti smiješno ili ga možda i povrijediti? Navedite jedan primjer takve situacije.

Mogu izraditi poster, kolaž, tablicu, osmisliti igru uloga, pjesmu itd. Na kraju zamolite sve skupine da predstave svoje kampanje ostatku razreda. Zaključite aktivnost ističući kako je humor dobar, ali i da postoje situacije kada humor nije poželjan niti primjeren.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i zamolite ih da zajedno osmisle nekoliko pravila humora tako da dovrše rečenice na radnom listiću o tome kakav bi humor trebao biti, a kakav ne bi trebao biti.

JEZIKOLOMKE

<i>Jare lajalo i prolajalo.</i>	<i>Usiriše li ti se sir?</i>	<i>Šaš se suši, suši se šaš.</i>
<i>Riba ribi grize rep.</i>	<i>Kad misliš na te, razveseliše li te?</i>	<i>Šalicom šećera zašećerit ćeš šačicu češnjaka.</i>
<i>Petar Petru plete petlju. Dok je petlju ispetljao, sav se u nju zapetljao.</i>	<i>Ture bure valja, Ture bure gura. Brže Ture bure valja, nego Ture bure gura.</i>	<i>Grk sa grma mrko gleda. Mrk je Grk, i brk mu mrk.</i>
<i>Na štriku se suši šosić. Suši se, suši se, šosiću moj!</i>	<i>Brsti bršljan brdska koza, jarac jare jarkom voza.</i>	<i>Na vrh brda vrba mrda.</i>
<i>Cvrči, cvrči cvrčak na čvoru crne smrče.</i>	<i>Medo medi ne da meda, ne da medo medi meda.</i>	<i>Čiča čvorak čuva četu čavki.</i>
<i>Četiri čavčića na čunčiću čučeci cijuču.</i>	<i>Svraka svraku preskakala, svaka svraka skaka na dva kraka.</i>	<i>Pekar peče pite u peći.</i>





KAKO SE ŠALITI?

Molimo vas da zajedno s djetetom osmislite nekoliko pravila humora tako da zajedno dovršite rečenice o tome kakav bi humor trebao biti, a kakav ne bi trebao biti.

HUMOR BI TREBAO:	HUMOR NE BI TREBAO:



Evaluacijski listić učitelja/ice

Ime i prezime djeteta: _____	0: Nije primijećeno /ne primjenjuje se 1: Usvaja
Datum popunjavanja: _____	2: Postignuto 3: Trajno uspostavljeno

Upute: Popunite listu za svako dijete kada završite **Temu 3. Razvoj pozitivnoga mišljenja**.

3. RAZVOJ POZITIVNOGA MIŠLJENJA	
3.1. POZITIVNO MIŠLJENJE	Razina 0,1,2 ili 3
3.1.1. Pozitivno i negativno mišljenje	
3.1.1.O ⁸ . Dijete može rastaviti pozitivnu misao na tri sastavna dijela.	
3.1.1.S. Dijete može promijeniti negativnu misao u pozitivnu.	
3.1.1.N. Dijete može opisati situaciju u kojoj prevladava negativno mišljenje i promijeniti ga u pozitivno.	
3.1.2. Dobro je misliti pozitivno	
3.1.2.O. Dijete može odrediti koji osjećaji i radnje mogu uslijediti nakon pozitivne misli.	
3.1.2.S. Dijete može upotpuniti slijed misli → osjećaji → radnje.	
3.1.2.N. Dijete može upotpuniti slijed misli → osjećaji → radnje koristeći dijagram.	
3.1.3. Promijeniti negativne misli	
3.1.3.O. Dijete može odrediti jednu negativnu misao i jednu pozitivnu izjavu koja ju osporava.	
3.1.3.S. Dijete može navesti tri pozitivne misli o sebi.	
3.1.3.N. Dijete može odrediti što mu/joj može pomoći da razmišlja pozitivnije kada ju/je zaokupljaju negativne misli.	
3.2. POZITIVNE EMOCIJE	
3.2.1. Nada	
3.2.1.O. Dijete ne gubi nadu ako nije uspio/uspjela u prvom pokušaju ostvarivanja cilja.	
3.2.1.S. Dijete može imati optimističan stav kada postavlja osobne ciljeve.	
3.2.1.N. Dijete može imati optimističan stav dok razmišlja o budućnosti.	
3.2.2. Sreća	
3.2.2.O. Dijete može utvrditi što sve može poduzeti kako bi loše raspoloženje pretvorilo u dobro.	

8 O = Osnovna razina, S = Srednja razina, N = Napredna razina




3.2.2.S. Dijete može koristiti strategiju „preokretanja osjećaja” kako bi neugodne osjećaje pretvorilo u ugodne.	
3.2.2.N. Dijete može opisati osobu, mjesto, predmet ili događaj koji ga/ju usređuje.	
3.2.3. Humor	
3.2.3.O. Dijete može odrediti kako osigurati da je njegov/njezin humor koristan i da nikome ne šteti.	
3.2.3.S. Dijete može odrediti što može učiniti da bi se nasmijalo kada je uznemireno.	
3.2.3.N. Dijete može navesti što je poželjno, a što nepoželjno u humoru.	

Djetetove jake strane:























































Djetetove potrebe:

Razvojni ciljevi:































Djetetova samoprocjena

Ime i prezime djeteta: _____	 Ne  Ponekad  Da
Datum popunjavanja: _____	

























RAZVOJ POZITIVNOGA MIŠLJENJA – POZITIVNO MIŠLJENJE

Pozitivno i negativno mišljenje		
Označi lice koje te najbolje opisuje:	Mogu	Sviđa mi se
Mogu rastaviti pozitivnu misao na tri sastavna dijela.	  	  
Mogu promijeniti negativnu misao u pozitivnu.	  	  
Mogu opisati situaciju u kojoj prevladava negativno mišljenje i promijeniti ga u pozitivno.	  	  
Dobro je misliti pozitivno		
Mogu odrediti koji osjećaji i radnje mogu uslijediti nakon pozitivne misli.	  	  
Mogu upotpuniti slijed misli → osjećaji → radnje.	  	  
Mogu upotpuniti slijed misli → osjećaji → radnje koristeći dijagram.	  	  
Promijeniti negativne misli		
Mogu odrediti jednu negativnu misao i jednu pozitivnu izjavu koja ju osporava.	  	  
Mogu navesti tri pozitivne misli o sebi.	  	  
Mogu odrediti što mi može pomoći da razmišljam pozitivnije kada me zaokupljaju negativne misli .	  	  

RAZVOJ POZITIVNOGA MIŠLJENJA – POZITIVNE EMOCIJE

Nada		
Mogu ne gubiti nadu ako moj prvi pokušaj ostvarivanja cilja nije bio uspješan.	  	  
Mogu imati optimističan stav kada postavljam osobne ciljeve.	  	  
Mogu imati optimističan stav dok razmišljam o budućnosti.	  	  
Sreća		
Mogu utvrditi što mogu učiniti kako bi pretvorio/la loše raspoloženje u dobro.	  	  
Mogu koristiti strategiju „preokretanja osjećaja” kako bi neugodne osjećaje pretvorio/la u ugodne.	  	  

Tema 3




Mogu opisati osobu, mjesto, predmet ili događaj koji me usrećuje.	  	  
Humor		
Mogu odrediti kako mogu osigurati da je moj humor koristan i da ne šteti drugima.	  	  
Mogu navesti što mogu učiniti da bi se nasmijao/la kada sam uznemiren/a.	  	  
Mogu navesti što je poželjno, a što nepoželjno u humoru.	  	  

Svidjelo mi se učiti o:




Htio/htjela bih poboljšati:

TEMA 4. Razvoj samoodređenja

Podtema 1. Rješavanje problema

 CJELINA 1	 CJELINA 2	 CJELINA 3
Definiranje problema i pronalaženje kreativnih rješenja	Procjena rješenja i odlučivanje	Primjena rješenja i vrednovanje

Podtema 2. Osnaživanje i autonomija

 CJELINA 1	 CJELINA 2	 CJELINA 3
Razvoj životnoga smisla i osjećaja svrhovitosti	Podržavanje djelovanja i samoefikasnosti	Poticanje samozastupanja

PODTEMA 1. Rješavanje problema

Istraživanja o psihološkoj otpornosti pokazuju da otporna djeca i adolescenti posjeduju vještine za rješavanje problema (Benard, 2004; Munist i sur., 1998). Sposobnost rješavanja problema smatra se jednom od odlučujućih vještina za suočavanje s nedaćama jer ublažava utjecaj negativnih životnih događaja na dobrobit osobe. Ona ima ključnu ulogu u procjeni rizika, vrednovanju resursa, uspostavi realističnih planova i u potrazi za zdravijim odnosima što je sve neophodno za prilagodbu i otpornost (Werner i Smith, 2001). U središtu su ove pod teme usmjerenost na problem i vještine rješavanja problema. Ona je podijeljena na tri cjeline koje obuhvaćaju opće korake u rješavanju problema. U prvoj se cjelini od djece traži da definiraju problem (prikupe informacije, odrede ciljeve i analiziraju prepreke i pomagače) te da stvore kreativna rješenja za njega. U drugoj cjelini djeca imaju priliku razvijati vještine kojima procjenjuju moguća rješenja, vrijeme i trud koje ona zahtijevaju te njihove ishode. U trećoj je cjelini naglasak na primjeni i vrednovanju rješenja. Djeca isprobavaju rješenja i vrednuju ishode rješenja te, ako je potrebno, pokušavaju ponovno. U ovoj zadnjoj cjelini, djeca također imaju mogućnost sažeti postupak rješavanja problema i njegove korake.

CJELINA 1. DEFINIRANJE PROBLEMA I PRONALAZENJE KREATIVNIH RJEŠENJA

- Ciljevi učenja**
- prepoznati da je prvi korak u rješavanju problema analiza prepreka i pomagača
 - prepoznati da učinkovito rješenje problema zahtijeva ulaganje truda i vremena
 - osmisliti kreativna, raznolika rješenja putem alternativnoga, kreativnoga mišljenja.

CJELINA 2. PROCJENA RJEŠENJA I ODLUČIVANJE

- Ciljevi učenja**
- navesti moguće prednosti i nedostatke pojedinih rješenja problema
 - procijeniti koliko vremena i truda zahtijeva primjena određenoga rješenja.
 - procijeniti ishode rješenja prema tome jesu li u skladu s društvenim pravilima i kako ih doživljavaju oni i drugi.

CJELINA 3. PRIMJENA RJEŠENJA I VREDNOVANJE

- Ciljevi učenja**
- pokušati riješiti problem primjenom određenoga rješenja
 - procijeniti ishode rješenja, i ako je potrebno, pokušati ponovno
 - opisati tri koraka u postupku rješavanja problema.
-

Savjeti za učitelje/učiteljice

1. Pomozite djeci da shvate da će se problemi, sukobi i nesuglasice uvijek pojavljivati, no da je moguće naučiti kako se uspješno nositi s njima.
2. Pomozite djeci da razmišljaju i prikupljaju informacije kako bi mogli uočiti i učinkovito rješavati probleme.
3. Iskoristite svakodnevne probleme u razredu za poticanje kreativnoga divergentnog mišljenja u odlučivanju i rješavanju problema.
4. Koristite takve misaone procese kod izazovnih situacija u razredu koji potiču djecu na promišljanje o rješenjima prije nego što počnu djelovati.
5. Uključite djecu u donošenje odluka u razredu, kao što su akademsko učenje (npr. aktivnosti, pribor, domaće zadaće), socijalne interakcije i ponašanje.

Cjelina 1. Definiranje problema i pronalaženje kreativnih rješenja

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- prepoznati da je prvi korak u rješavanju problema analiza prepreka i pomagača
- prepoznati da je za uspješno rješavanje problema potrebno uložiti trud i vrijeme
- putem alternativnoga, kreativnoga mišljenja osmisliti kreativna, raznolika rješenja.

Aktivnost 1. Određivanje problema

Cilj učenja

Prepoznati da je prvi korak u rješavanju problema analiza prepreka i pomagača.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

analizirati prepreke i pomagače kao prvi korak u rješavanju problema.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Radni listić *Kartice s problemima* (prethodno izrezati svaku karticu), radni listić *Razredna kutija s problemima*, veći list tvrdog papira ili kartona, radni listić *Moja kutija s problemima*, škare, olovke ili kemijske olovke, pastele, bojice ili flomasteri



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Prije same aktivnosti, izrežite kartice s problemima iz radnog listića *Kartice s problemima*. Na prazne kartice upišite probleme koji bi mogli biti bliski djeci.
3. Razgovarajte s djecom o postupku rješavanja problema. Naglasite da je važno započeti s definiranjem problema, prikupljanjem informacija i razmišljanjem o njima te, ako je potrebno, razdiobi problema na manje dijelove. Također je važno definirati ciljeve (ono što želimo postići ili ostvariti svojim trudom ili postupcima), analizirati prepreke (ono što nam otežava da nešto učinimo) i pomagače (ono što nam olakšava da nešto učinimo). Objasnite djeci da je najbolje uvijek imati dva ili tri različita rješenja za neki problem, no da na kraju treba odabrati ono koje smatramo najboljim. Ako promisle o jednom po jednom rješenju i o tome što će se dogoditi,

ako odaberu to određeno rješenje, moći će zaključiti koje je najbolje rješenje. Naravno, nije moguće točno znati što će se dogoditi sve dok se rješenje ne isproba, no razmišljanje o tome i planiranje može pomoći. Osim toga, djeca trebaju upamtiti da je dobro „razmisliti prije nego što počnu djelovati“.

4. Najavite djeci da će izraditi razrednu kutiju s problemima. Podijelite ih u dvije skupine i jednoj dajte veći list tvrdog papira ili kartona i zadajte da izradi kutiju prema predlošku na radnom listiću *Razredna kutija s problemima*, a drugoj da je ukrasi (slikama, rečenicama, izrekama). Kada je kutija gotova, stavite kartice s problemima u nju (u prazne kartice možete upisati još neke primjere problema), a djecu pozovite da sjednu u krug. Zamolite jedno dijete da izvuče karticu i da opisani problem pročita naglas. Djeca trebaju zajedno utvrditi problem tako što će definirati ciljeve i analizirati prepreke i pomagače. Svako dijete treba pročitati barem jednu karticu s problemom tako da svi dobiju priliku razmišljati o problemu. Potaknite ih na razmišljanje sljedećim pitanjima:
 - Zašto je važno riješiti ovaj problem?
 - Što nam može pomoći?
 - Koje su prepreke, a što olakšava rješavanje problema?
 - Hoće li biti korisno ako razdijelimo problem na manje dijelove?
5. Na kraju recite djeci da imaju priliku tijekom sljedećih dana predložiti ili napisati nove probleme koje će staviti u kutiju, a kasnije će moći razgovarati o njima na satu. Neka razredna kutija s problemima bude u razredu neko vrijeme, a djecu potičite da tijekom idućih dana ili tjedana u nju ubacuju probleme (koje ćete moći iskoristiti u sklopu *Aktivnosti 3.*). O problemima koje su ubacili u kutiju možete i raspravljati ako i kada djeca imaju potrebu.



Zamolite djecu da ponove ovu aktivnost kod kuće s roditeljima i da razmisle o svakodnevnim problemima. Potaknite ih da zapišu nove problemske situacije, da ih donesu u školu u njihovoj maloj kutiji s problemima koju su izradili kod kuće i stave u razrednu kutiju s problemima kako bi mogli razgovarati o njima sljedećega dana.

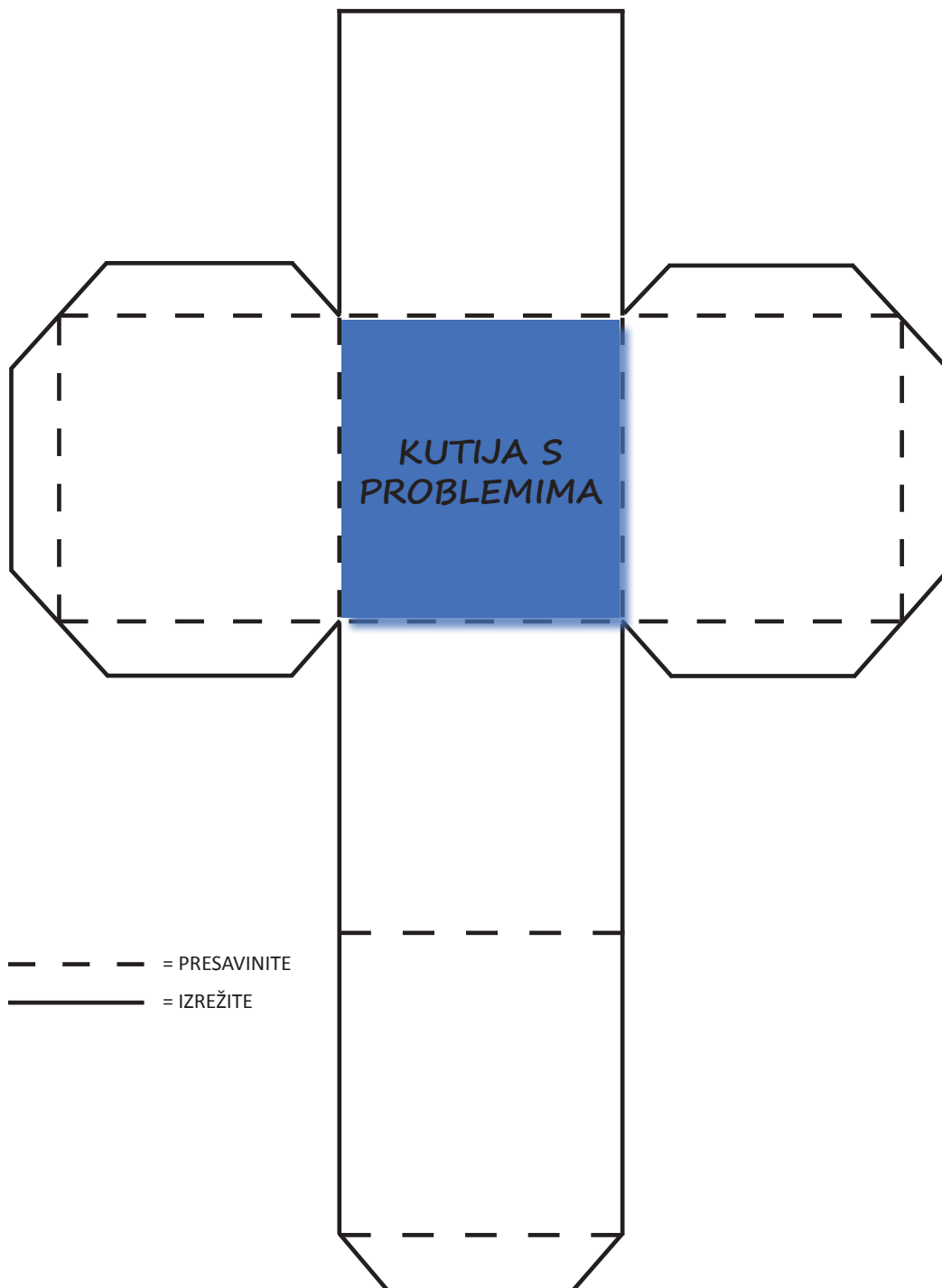
KARTICE S PROBLEMIMA

STANI, RAZMISLI I PRIKUPI INFORMACIJE	CILJEVI	RASTAVI PROBLEM NA MANJE DIJELOVE	POMAGAČI	PREPREKE
ŽELIŠ GLEDATI TELEVIZIJU, NO MORAŠ NAPISATI DOMAĆU ZADAĆU.	PRIJATELJI SU TE IZAZVALI DA UČINIŠ NEŠTO GLUPO.	NETKO TE JE OPTUŽIO ZA NEŠTO ŠTO NISI UČINIO/LA.	NETKO SE RUGA TVOJEMU PRIJATELJU ZATO ŠTO JE SLIJEP.	ŽELIŠ OBUĆI SANDALE, NO VANI PADA KIŠA.
ZABORAVIO/LA SI PONIJETI UŽINU U ŠKOLU.	SLUČAJNO SI POTRGAO/LA NEŠTO U ŠKOLI.	PRIJATELJ JE POSUDIO TVOJU OLOVKU I NE ŽELI TI JE VRATITI.	TVOJA MAČKA SE IZGUBILA.	NE MOŽEŠ PRONAĆI SVOJU OMILJENU IGROU.
PROBLEM	PROBLEM	PROBLEM	PROBLEM	PROBLEM
PROBLEM	PROBLEM	PROBLEM	PROBLEM	PROBLEM



RAZREDNA KUTIJA S PROBLEMIMA

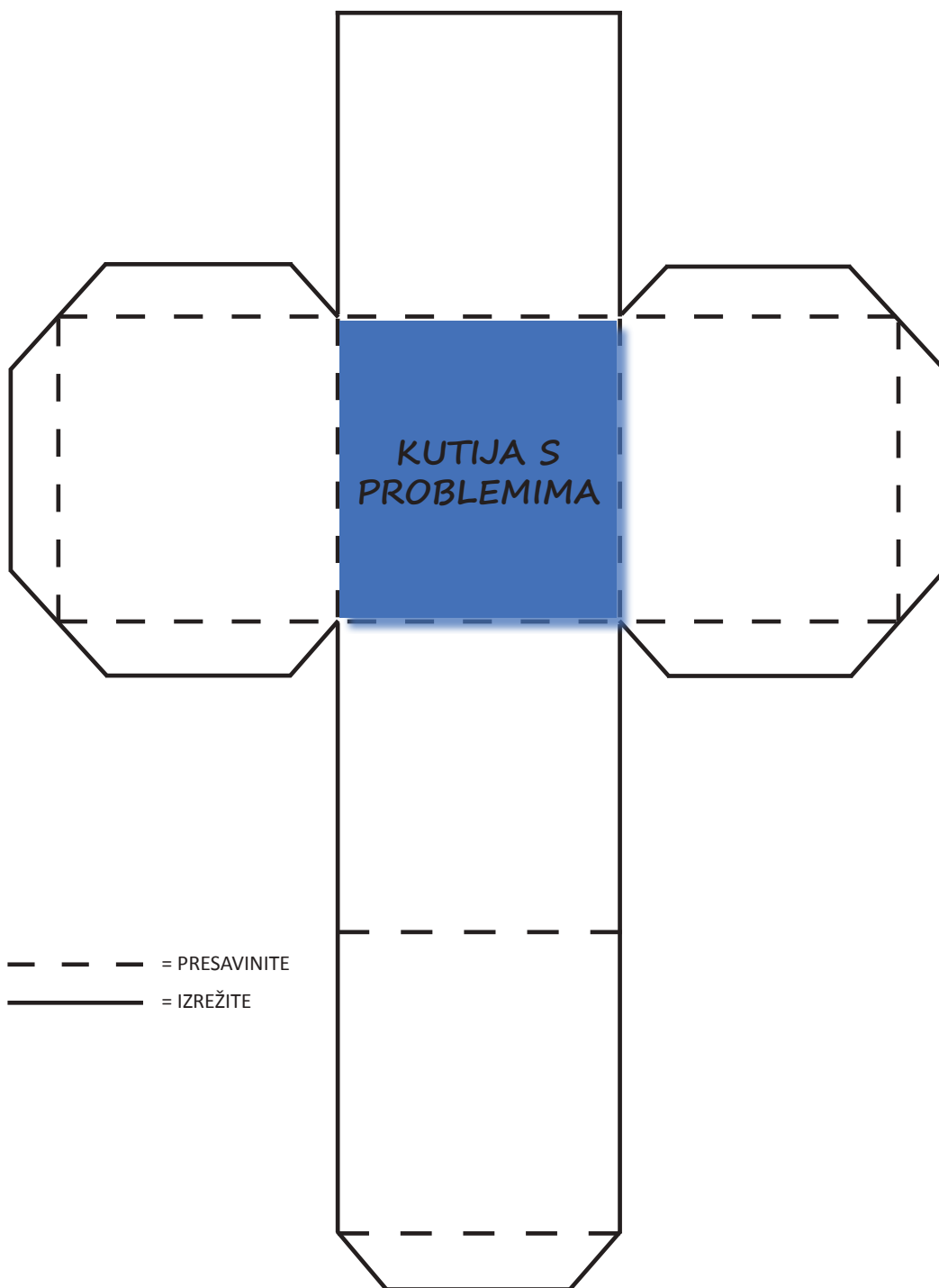
Izradite razrednu kutiju s problemima prema ovom predlošku.





MOJA KUTIJA S PROBLEMIMA

Vaše dijete ima zadatak ponoviti s vama aktivnost iz škole. Zajedno razmislite o svakodnevnim problemima i potaknite dijete da zapiše jedan problem koji će dodati u kutiju kako bi na satu mogli razgovarati o njemu. Pomozite mu da izradi malu kutiju uz pomoć predloška na ovoj stranici i u nju stavi zapisani problem.



--- = PRESAVINITE
— = IZREŽITE



Aktivnost 2. Trebamo uložiti trud i vrijeme

Cilj učenja

Uvidjeti da učinkovito rješavanje problema zahtijeva trud i vrijeme.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati da su za rješavanje problema potrebni trud i vrijeme.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Radni listić *Razmislimo o tome*, radni listić *Problemi koji zahtijevaju vrijeme i trud*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču:

Istinita priča o dječaku koji rješava probleme

Kelvin Doe rođen je 26. listopada 1996. godine u Freetownu u Sierr Leone. Živio je u malenoj zajednici koja je imala struju samo jednom tjedno. Zato je kao desetogodišnjak, umoran od čitanja uz svjetlo svijeće, Kelvin počeo raditi na svojim izumima koristeći otpatke elektronskih dijelova koje je pronašao na smetlištima.

Kad je imao 13 godina, dizajnirao je i napravio bateriju od recikliranih materijala kako bi mogao imati energiju u svojem domu. Nešto kasnije, izradio je generator kojim je punio bateriju. Uskoro je počeo puniti baterije svojih susjeda i na taj način zaradio nešto novca.

Godine 2012., kada je imao 16 godina, sudjelovao je na jednom natjecanju, a David Sengeh, organizator toga natjecanja kasnije mu je pomogao da otputuje u Sjedinjene Američke Države držati govor na Svjetskom sajmu izumitelja u New Yorku. Kelvin je bio najmlađi „gostujući stručnjak“ na MIT-u, poznatom i vrlo važnom istraživačkom sveučilištu u Massachusettsu. Predstavio je svoje izume studentima instituta, sudjelovao je u istraživanjima i držao predavanja studentima strojarstva na Harvardu.

Danas Kelvin vodi lokalnu radijsku stanicu koja omogućuje članovima njegove zajednice da razgovaraju o svojim problemima, dijele informacije i slušaju glazbu. Također puni baterije svojim susjedima tako da oni mogu imati struju svaki dan. Novac koji je zaradio ulaže u proizvodnju novih baterija i njime plaća prijateljima koji mu pomažu u vođenju radijske stanice. U svojoj zajednici poznat je kao DJ Fokus zato što često govori: „Vjerujem da ako se fokusiraš, onda možeš doći do savršenoga izuma.“

Kelvin obično kaže da je kao dijete često sanjao o rješenjima svojih problema.

3. Prvo razgovarajte s djecom o priči tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što vam se svidjelo u ovoj istinitoj priči?

- Koji je bio Kelvinov glavni problem?
 - Zašto je Kelvin počeo stvarati izume?
 - Zašto je počeo pretraživati smetlišta?
 - Kako je Kelvin riješio svoj problem?
 - Je li brzo riješio svoj problem?
 - Jesu li Kelvinu pomagali drugi tijekom njegova života?
 - Poznajete li nekoga tko dobro rješava probleme poput Kelvina?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:
- Jeste li ikada pomogli riješiti neki problem u vašoj obitelji ili zajednici?
 - O kakvome je problemu (bila) riječ?
 - Kako je problem riješen?/Padaju li vam na pamet moguća rješenja toga problema?
5. Podijelite djecu u manje skupine i svakoj skupini dajte radni listić *Razmislimo o tome*. Dajte djeci uputu da prvo u skupini rasprave o različitim problemima koji im padaju na pamet, a koji su zahtijevali ulaganje vremena i truda. Recite im zatim da odaberu jedan problem koji će upisati na radni listić i odgovoriti na pitanja na listiću. Nakon što dovrše, svaka skupina ima zadatak da izloži odabrani problem i plan za njegovo rješavanje.
6. Razgovarajte s djecom o postupku rješavanja problema i podsjetite ih da je važno znati da problemi imaju svoja rješenja i da ih djeca mogu riješiti, ali naglasite i da moraju biti spremni uložiti vrijeme i trud kako bi uspješno rješavali probleme.



Podijelite djeci radne listiće *Problemi koji zahtijevaju vrijeme i trud* i zamolite ih da uz pomoć roditelja pokušaju odrediti dva ili više problema čije je rješavanje zahtijevalo (od djece ili roditelja) ulaganje dosta vremena i truda, a koji su na kraju uspješno riješeni. Zamolite djecu da ispunjene radne listiće sljedeći dan donesu kako bi mogli razgovarati o tim problemima.

RAZMISLIMO O TOME

Vjeruj da problemi imaju svoja rješenja i uspjeh ćeš ih riješiti! Da bi uspješno riješio/la neki problem, moraš tome zadatku posvetiti svoje vrijeme i trud.

Problem je:

Tko je sve uključen:

Naš plan: Što možemo učiniti (razmislimo o kreativnim rješenjima):

Naš plan: Koliko truda i vremena trebamo uložiti i zašto?





PROBLEMI KOJI ZAHTIJEVAJU VRIJEME I TRUD

Molimo vas da pomognete djetetu da se prisjeti dva ili više problema čije je rješavanje zahtijevalo (od djeteta ili vas) ulaganje dosta vremena i truda, a koji su na kraju uspješno riješeni. Potaknite ga da te probleme upiše na ovaj radni listić, a vi mu pomozite da opiše zašto su oni zahtijevali vrijeme i trud.

PROBLEMI:	ZAŠTO JE BILO POTREBNO ULOŽITI PUNO VREMENA I TRUDA U NJIHOVO RJEŠAVANJE?



Aktivnost 3. Kombinacija različitih rješenja

Cilj učenja

Putem alternativnoga, kreativnoga mišljenja osmisliti kreativna, raznolika rješenja.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

navesti i kombinirati kreativna i raznolika rješenja nekog problema.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Kutija izrađena u sklopu *Aktivnosti 1.* (prema predlošku *Razredna kutija s problemima*), radni listić *Različita rješenja*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Razgovarajte s djecom o postupku rješavanja problema i podsjetite ih da problem može imati nekoliko različitih rješenja te da je moguće kombinirati rješenja kako bismo došli do onog najboljeg.
3. Zamolite djecu da sjednu u krug i da jedno dijete donese kutiju s problemima u sredinu kruga. Potaknite djecu da izvuku iz kutije nove probleme koje su u međuvremenu ubacivali u nju (proteklih dana ili tjedana), da razgovaraju o njima te da pokušaju pronaći kreativna rješenja za njih kombinirajući različita rješenja (ako djeca proteklih dana nisu ubacila ništa novo u kutiju, zamolite ih da prije ove aktivnosti svatko na papirić napiše neki problem na koji je nedavno naišao/la i ubaci ga u kutiju). Zamolite jedno dijete da uzme jedan problem iz kutije i da odabere drugo dijete koji će odglumiti taj problem. Ako je potrebno, i više djece može sudjelovati u igri uloga. Svako dijete treba sudjelovati u barem jednoj igri uloga. Na kraju potaknite djecu da razgovaraju o problemima koje su odglumili – da ih je bilo moguće riješiti na bolji način, kombiniranjem više različitih rješenja. Postavite sljedeća pitanja kako biste potaknuli djecu na razmišljanje:
 - Što ste naučili o rješavanju problema?
 - Za koje probleme je bilo bolje kombinirati različita rješenja? Zašto? U čemu je bila razlika?
 - Koje je bilo najkreativnije rješenje? Zašto? Jeste li njime uspješni riješiti problem?
4. Na kraju aktivnosti recite djeci da ćete kutiju s problemima i dalje ostaviti u učionici tako da ju mogu koristiti kada god požele.



Potaknite djecu da s roditeljima (ili nekim drugim članom obitelji) razgovaraju o nekom problemu koji su riješili tako što su razmišljali o različitim rješenjima i kombinirali ih te da opišu moguća rješenja koja su im pomogla. Predložite im da to zapišu u radni listić *Različita rješenja* i sljedećega dana ga donesu u školu, a vi ih pitajte da prepričaju o kojim problemima i rješenjima su razgovarali s roditeljima.



RAZLIČITA RJEŠENJA

Molimo vas da prepričate djetetu jedan problem s kojim ste se susreli, a koji je imao nekoliko različitih rješenja. Opišite koja su to moguća rješenja bila, jeste li koristili neke njihove kombinacije i kako ste ga riješili. Pomozite djetetu da to zapiše na ovaj listić.

PROBLEM:	MOGUĆA RJEŠENJA:



Cjelina 2. Procjena rješenja i odlučivanje

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- navesti prednosti i nedostatke pojedinih rješenja problema
- procijeniti koliko vremena i truda treba uložiti u provedbu određenog rješenja
- procijeniti ishode rješenja s obzirom na to jesu li u skladu s pravilima i kako rješenje doživljavaju drugi.

Aktivnost 1. Dobro ili loše?

Cilj učenja

Navesti moguće prednosti i nedostatke pojedinih rješenja problema.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

navesti prednosti i nedostatke pojedinih rješenja problema.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Radni listić *Dobro ili loše?*, olovke ili kemijske olovke, radni listić *Rješavanje jednog problema*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Recite djeci da kada imaju problem, trebaju ga odrediti, procijeniti njegova rješenja, razmisliti o prednostima i nedostacima svakog rješenja, koliko su im važne te prednosti i nedostaci, a zatim odlučiti koje je najbolje rješenje.
3. Zamolite djecu da se podijele u skupine po troje i svakoj skupini dajte radni listić *Dobro ili loše?* Zamolite djecu da razgovaraju o svakoj situaciji i odaberu rješenje koje smatraju najboljim (nakon što su razmotrili prednosti i nedostatke svakog rješenja kao i vrijednost koju povezuju uz svaku prednost i nedostatak). Na kraju zamolite svaku skupinu da iznese svoja rješenja svake situacije i objasni zašto ih je odabrala. Naglasite da postupak donošenja odluke nije lak, no kada se uloži vrijeme i trud, može se doći do pozitivnih rezultata.
4. Sada podijelite svakom djetetu radni listić *Rješavanje jednog problema* (listić koji će dijete nakon aktivnosti u školi ponijeti kući i dovršiti s roditeljima) i zamolite djecu da se sjete nekog

problema koji su riješili i da ispune prva tri retka radnog listića (ostatak trebaju ispuniti kod kuće). Ako procijenite da je potrebno, prije nego djeca počnu zadatak navedite primjer jednog njima bliskog problema, moguće rješenje te njegove dobre i loše posljedice. Na kraju potaknite djecu da s ostalima podijele koje probleme su naveli i koje su moguće posljedice predloženog rješenja. Pomozite djeci da shvate da procjena rješenja zahtijeva promišljanje o njihovoj vrijednosti, odnosno o njihovim prednostima i nedostacima.



Zamolite djecu da s roditeljima razgovaraju o problemu koji su upisali u svoj radni listić (neka djeca ponesu radni listić kući) i dobrim i lošim stranama njegovog rješenja. Potaknite ih da s roditeljima razmisle o drugim rješenjima toga problema, da procijene prednosti i nedostatke tih rješenja i da ih zapišu. Sljedećega dana pitajte djecu o čemu su razgovarali s roditeljima.

DOBRO ILI LOŠE?

Za svaku od navedenih situacija označite ono rješenje koje smatrate najboljim (stavite znak „+“ pokraj rješenja koje ste odabrali). Razmislite o tome u kojoj mjeri je svako rješenje dobro ili loše. Ako vam se ni jedno rješenje ne čini dobro, napišite svoj prijedlog.

Učiteljica te zamolila da nakon nastave posložiš stolce na stolove. Ti ćeš:

zamoliti nekoga da ti pomogne u tome.

reći „U redu“, ali onda ćeš zaboraviti.

umjesto toga obrisati ploču.

Nešto drugo? _____

Mama ti kaže da pospremiš sobu. Ti ćeš:

platiti mlađoj sestri da to učini.

pospremiti sobu.

obećati da ćeš pospremiti sobu nakon škole.

Nešto drugo? _____

Vidio/vidjela si kako neka djeca uzimaju tuđu torbu i bježe s njom. Ti:

nećeš ništa poduzeti.

ćeš potrčati za djecom i pokušat ćeš im uzeti torbu.

ćeš reći djetetu čiju su torbu uzeli da im se suprotstavi.

Nešto drugo? _____

Našao/la si novčanik na školskom igralištu. Ti ćeš:

uzeti novac i ostaviti novčanik.

odnijeti novčanik kući i sakriti ga.

predati novčanik učitelju ili ravnatelju.

Nešto drugo? _____



Aktivnost 2. Potrudimo se

Cilj učenja

Procijeniti koliko vremena i truda treba uložiti u provedbu određenoga rješenja.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

procijeniti koliko truda i vremena trebam uložiti u provedbu nekog rješenja.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Radni listić *Tangram* (prethodno je potrebno izrezati dijelove kvadrata na radnom listiću), škare, kutija (možete iskoristiti i kutiju izrađenu prema predlošku *Razredna kutija s problemima* u sklopu prethodne cjeline), listovi papira, olovke ili kemijske olovke, kutija s problemima, radni listić *Procijenimo trud i vrijeme*

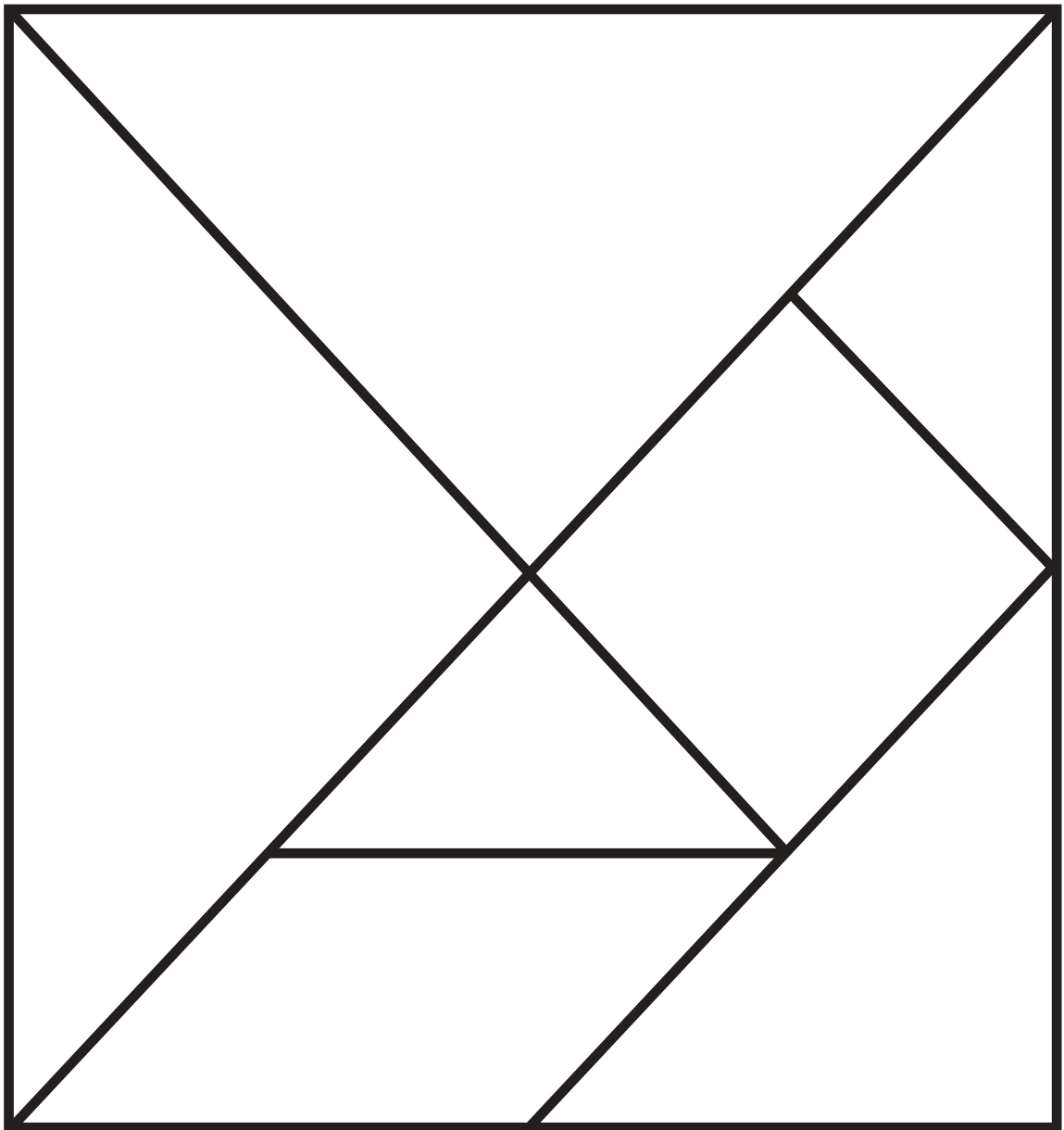


1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu da kada imaju problem, trebaju ga odrediti, procijeniti rješenja i donijeti odluku. Prije samoga donošenja odluke, moraju razmisliti hoće li biti teško provesti rješenje u djelo i koliko će to zahtijevati vremena i truda.
3. Odigrajte igru *Tangram* s djecom na način da ih podijelite u skupine po troje i svakoj skupini dajte dijelove slagalice (izrežite sve dijelove iz radnog listića). Zadajte djeci zadatak da slože sve dijelove u jedan kvadrat. Da bi to uspjeli, djeca će morati uložiti vrijeme i trud kako bi isprobali različita rješenja dok ne pronađu ono pravo.
4. Zamolite djecu da svatko na svom listu papira zapiše po jedan problem koji će staviti u kutiju. To može biti neki problem kojeg oni imaju ili izmišljeni problem. Kada su svi gotovi, zamolite jedno dijete da pročita jedan problem koji će izvući iz kutije. Djeca trebaju razgovarati o tome problemu, procijeniti moguća rješenja, procijeniti koliko vremena i truda bi trebali uložiti u pojedina rješenja i odlučiti koje je rješenje najbolje. Svako dijete trebalo bi pročitati po jedan problem dok se kutija ne isprazni. Nakon toga zamolite djecu da formiraju parove u kojima će kroz igru uloga prikazati jedan problem i njegovo rješenje. Razgovarajte o činjenici da je potrebno uložiti vrijeme i trud u sagledavanje ispravnosti rješenja.



Zamolite djecu da prepričaju roditeljima neke od problema koji su izvučeni iz kutije u sklopu ove aktivnosti. Predložite im da zajedno s roditeljima osmisle moguća rješenja tih problema i pokušaju procijeniti koliko bi vremena i truda moglo zahtijevati svako rješenje. Sljedećega dana pitajte djecu o čemu su razgovarali s roditeljima.

TANGRAM





PROCIJENIMO TRUD I VRIJEME

Potaknite dijete da vam prepriča neke od problema o kojima su raspravljali u školi (ako se ne može sjetiti, osmislite neke primjere djetetu bliskih problema). Pomozite djetetu da osmisli moguća rješenja tih problema i da pokuša procijeniti koliko bi vremena i truda moglo zahtijevati svako rješenje. Potaknite dijete da svoje ideje zapiše na ovaj listić.

PROBLEM	MOGUĆE RJEŠENJE	KOLIKO VREMENA I TRUDA TREBA ULOŽITI U RJEŠAVANJE PROBLEMA?



Aktivnost 3. Ishodi rješenja

Cilj učenja

Procijeniti ishode rješenja s obzirom na to jesu li u skladu s društvenim pravilima i kako rješenje doživljavaju drugi i oni sami.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

procijeniti ishode rješenja s obzirom na to jesu li u skladu s pravilima i kako drugi i ja doživljavamo svako rješenje.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Radni listić *Primjeri pravila*, prazni listovi papira, olovke ili kemijske olovke, ljepilo, karton, fotografije djece, radni listić *Pravila*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu da je važno odrediti probleme i pronaći kreativna rješenja za njih. Prije nego što donesu odluku, djeca trebaju procijeniti moguće ishode, razmotriti hoće li određena rješenja doista riješiti problem i hoće li im se svidjeti ishodi. Također je važno razmisliti kako će oni i drugi gledati na svako rješenje i hoće li rješenje poštovati društvena pravila.
3. Podijelite djecu u skupine i zamolite ih da razmisle o društvenim pravilima koja postoje u različitim okruženjima (škola, dom, društvo općenito). Prije nego počnu raspravljati u skupinama, počitajte im primjere navedene na radnom listiću *Primjeri pravila* kako bi djeci zadatak bio jasniji. Nakon što su završili, napravite sažetak svega što su djeca predložila i zapišite ta pravila na ploču. Zatim zamolite skupine da razmisle o svakodnevnim problemima i njihovim rješenjima te da procijene utječu li pravila koja su naveli na njihove odluke i kako. Na kraju razgovarajte o njihovim primjerima svakodnevnih problema i te o važnosti društvenih pravila koja nam obično pomažu da donesemo odluku.



Zamolite djecu da s roditeljima izrade popis pravila koja postoje u njihovu domu, u obitelji i u društvu te da opišu kako svako pravilo utječe na njihove svakodnevne odluke. Zamolite ih da ponesu u školu ono što su napravili s roditeljima.

PRIMJERI PRAVILA

Kada razmišljamo o rješenjima, važno je imati na umu kako ćemo mi i drugi gledati na svako pojedinačno rješenje i koliko je određeno rješenje u skladu s društvenim pravilima.

- BUDITE PAŽLJIVI NA SATU I NE STVARAJTE BUKU
- PAŽLJIVO I MARLJIVO RADITE
- ČEKAJTE NA SVOJ RED
- ULAZITE I IZLAZITE IZ UČIONICE U REDU
- ODRŽAVAJTE SVOJU SOBU ČISTOM I UREDNOM
- RAZGOVARAJTE I PONAŠAJTE SE PRISTOJNO
- PAZITE DA NE POVRIJEDITE DRUGU OSOBU, NI FIZIČKI NI EMOCIONALNO
- ČAK I AKO SLUČAJNO NEKOGA POVRIJEDITE, ISPRIČAJTE SE
- NE KORISTITE I NE UZIMAJTE BEZ DOZVOLE NIŠTA ŠTO NIJE VAŠE
- NE KRITIZIRAJTE TUĐE PONAŠANJE I NE NAMEĆITE DRUGIMA SVOJE MIŠLJENJE
- KORISTITE PRIRODNA BOGATSTVA ZEMLJE PREMA POTREBI, POŠTUJUĆI PLANET, DRUGA ŽIVA BIĆA NJIHOVE POTREBE
- PAZITE NA SVOJE ZDRAVLJE





PRAVILA

Zajedno s djetetom izradite popis nekoliko pravila u domu, obitelji i društvu i opišite kako svako pravilo utječe na vaše svakodnevne odluke.



Cjelina 3. Primjena rješenja i vrednovanje

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- pokušati riješiti problem primjenom određenoga rješenja
- procijeniti ishode rješenja, i ako je potrebno, pokušati ponovno
- opisati tri koraka u postupku rješavanja problema.

Aktivnost 1. Isprobavanje rješenja

Cilj učenja

Pokušati riješiti problem primjenom određenoga rješenja.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

riješiti problem tako što ću isprobati odabrano rješenje i provjeriti djeluje li.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Radni listić *Dijagram za rješavanje problema* (prethodno upisati primjer problema bliskog djeci u prvi kvadratić na radnom listiću; za svaku skupinu različit primjer), olovke ili kemijske olovke, radni listić *Rješavanje svakodnevnih problema*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Recite djeci da kada imaju problem, trebaju ga odrediti, pronaći kreativna rješenja i procijeniti ih, a zatim odabrati i primijeniti rješenje. Važno je isprobati određeno rješenje i znati da je moguće kombinirati više različitih rješenja kako bi postigli svoj cilj te provjeriti kako to djeluje.
3. Odigrajte s djecom igru *Zapetljanac*. Svi osim dvoje djece trebaju se primiti za ruke i na taj način formirati lanac. Dijete na početku lanca počinje vijugati, odnosno prolaziti preko i ispod ruku ili između nogu ostale djece stvarajući na taj način *zapetljanac*. Ostala djeca slijede ga i dalje čvrsto držeći se za ruke tako da se lanac ne prekine. Dvoje djece sa strane imaju zadatak otpetljati lanac tako da djeci u lancu daju upute što da rade. No, oni sami ne smiju dodirivati lanac. Ova vježba potiče djecu da međusobno surađuju dok rješavaju problem te im pomaže da shvate da čak i kad je neki problem teško riješiti, moguće je doći do rješenja ako isprobavaju

različite načine i pri tom provjeravaju kako napreduju.

4. Podijelite djecu u skupine i svakoj skupini dajte radni listić na koji ste prethodno napisali primjer jednog djeci bliskog problema (za svaku skupinu drugačiji problem). Podijelite djecu u male skupine i svakoj zadajte dva ili tri problema o kojima trebaju promisliti uz pomoć radnog listića. Potaknite djecu da u skupini prodiskutiraju zadani problem i da u tablicu upišu tražene informacije (moguća rješenja; najbolje rješenje). Kada su sve skupine gotove, trebaju izložiti ostalima što su napravili te potaknite raspravu o njihovim odgovorima i odabiru najboljih rješenja.



Potaknite djecu da s roditeljima razgovaraju o svakodnevnim problemima i o tome koliko je važno isprobavati različita rješenja i pri tome provjeravati djeluju li ona ili ne. Sljedećega dana pitajte djecu o čemu su razgovarali s roditeljima.

DIJAGRAM ZA RJEŠAVANJE PROBLEMA

Predložite moguća rješenja navedenog problema, razmislite je li moguće kombinirati više od jednoga rješenja kako biste riješili problem te odaberite rješenje koje vam se čini najbolje.

PROBLEM:



MOGUĆA RJEŠENJA

NAJBOLJE RJEŠENJE?





RJEŠAVANJE SVAKODNEVNIH PROBLEMA

Razgovarajte s djetetom o svakodnevним problemima te mu/joj pomozite da opiše neku situaciju u kojoj ste isprobavali različita rješenja nekog od tih problema. Potaknite dijete na raspravu o tome zašto je važno isprobavati rješenja i provjeravati djeluju li ona ili ne.



Aktivnost 2. Provjerimo rješenje

Cilj učenja

Procijeniti ishode rješenja i, ako je potrebno, pokušati ponovno.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

procijeniti je li neko rješenje učinkovito ili ne, i ako je potrebno, pokušati ponovno.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Prazni listovi papira, olovke ili kemijske olovke, radni listić *Uspješno i neuspješno rješenje*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu da kada imaju problem, trebaju ga odrediti, procijeniti rješenja i njihovu vrijednost, donijeti odluku i primijeniti rješenje. Nakon toga važno je procijeniti je li problem riješen te je li riješen na učinkovit način. Recite djeci da ako neko rješenje nije učinkovito, uvijek mogu pokušavati ponovno, sve dok ne uspiju.
3. Primjeri iz svakodnevnoga života pomažu djeci da bolje razumiju ovaj proces. Podijelite djecu u male skupine i zamolite svaku skupinu da se sjeti jednog problema te da ga zapiše na list papira. Zadatak svake skupine je da pošalje svoj list papira nekoj od drugih skupina (tako da na kraju svaka skupina ima list papira neke druge skupine). Svaka skupina zatim treba odglumiti problem zapisan na listu papira koji su dobili i pokušati pronaći različita rješenja za njega. Potaknite svu djecu da razgovaraju o predloženim rješenjima i da kažu što misle o njima. Važno je da svako dijete dobije priliku sudjelovati u jednoj igri uloga. Na kraju potaknite djecu da razmisle o rješenjima do kojih su došli, procijene ishode rješenja i misle li da su ta rješenja učinkovita. Pitajte djecu koja su smislila taj određeni problem što misle o rješenju. Ako je bilo predloženo više od jednoga rješenja, pitajte ih koje rješenje preferiraju i zašto. Ako su imali drugačiju ideju o tome kako riješiti problem, zamolite ih da to odglume. Istaknite da je važno ponovno pokušavati i ne odustajati ako prvi put ne uspijemo naći najbolje rješenje. Ako ustrajemo, osjećat ćemo se bolje i moći ćemo otkriti nove stvari i nove načine kako riješiti druge slične probleme.



Podijelite djeci radne listiće *Uspješno i neuspješno rješenje* i zamolite ih da zajedno s članovima obitelji rasprave o jednom rješenju nekog problema koje je bilo dobro i o jednom rješenju nekog drugog problema koje nije bilo dobro i trebalo se pokušati iznaći drugo rješenje. Zamolite djecu da nacrtaju ili opišu zašto je jedno rješenje bilo dobro, a drugo nije te da svoj radni listić donesu u školu.



USPJEŠNO I NEUSPJEŠNO RJEŠENJE

Molimo vas da s djetetom raspravite o jednom rješenju nekog problema koje je bilo dobro i o jednom rješenju nekog drugog problema koje nije bilo dobro i trebalo se pokušati iznaći drugo rješenje. Potaknite djecu da nacrtaju ili opišu zašto je jedno rješenje bilo dobro, a drugo nije.

A large, empty rectangular area defined by a dashed orange border, intended for children to draw or write their responses.

Aktivnost 3. Veliko putovanje

Cilj učenja

Opisati tri koraka koja su sastavni dio postupka rješavanja problema.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati tri koraka u postupku rješavanja problema.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Radni listić *Veliko putovanje* (igra pripremljena prema predlošku, upute i kartice – onoliko kompleta koliko je ekipa), kocke i figurice iz igre *Čovječe, ne ljuti se* (onoliko koliko je ekipa), papir i olovka za svako dijete, radni listić *Tri koraka u rješavanju problema*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Razgovarajte s djecom o prethodnim aktivnostima i podsjetite ih na postupak rješavanja problema. Kada imaju problem, trebaju ga odrediti, stvoriti kreativna rješenja, procijeniti rješenja, odlučiti, primijeniti i vrednovati rješenje. Važno je da su djeca svjesna ovih koraka.
3. Najavite djeci da će odigrati igru *Veliko putovanje* koja uključuje faze postupka rješavanja problema (1. Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja, 2. Procjena rješenja i odlučivanje, 3. Primjena rješenja i vrednovanje). Igra se u ekipama (4 do 5 ekipa od 3 do 5 članova). Svaka se ekipa okupi oko igre *Veliko putovanje* i svako dijete stavi svoju figuricu na znak *Kreni (GO)*.
4. Jedno po jedno dijete baca kockicu i pomiče se onoliko polja koliko je pokazala kockica (u smjeru kazaljke na satu). Nastavak igre ovisi o polju na kojem se ekipa zaustavila (ljubičasta stopala, zelena stopala ili žuta stopala). Dijete koje je bacilo kocku uzima karticu sa sredine ploče i, ovisno o boji stopala na kojem se figurica zaustavila, čita one upute na kartici koje se odnose na fazu u postupku rješavanju problema na kojoj se figurica zaustavila. Djeca imaju zadatak da odgovore što bi ona učinila u situaciji koja je na kartici napisana (i to u onoj fazi rješavanja problema na koju upućuje mjesto figurice na igri). Ostala djeca pisano ocjenjuju odgovor djeteta bodovima od 0 do 2 djeteta (ocjenjuje se prihvatljivost odgovora – broj ponuđenih rješenja /pitanja /podataka /posljedica ili kreativnost). Igra traje dok netko ne stigne do cilja ili dok traje interes djece za aktivnost.
5. Po završetku igre svako dijete zbraja bodove koje je dodijelilo svojim suigračima, proglašava svog pobjednika i obrazlaže razloge zbog kojih je baš određenom djetetu dodijelilo najveći

broj bodova. Ovaj dio aktivnosti se može odvijati u velikoj skupini ili u ekipama, prema vašoj procjeni.



Potaknite djecu da s roditeljima razgovaraju o igri koju su igrala u školi i kako im je ona pomogla da bolje razumiju postupak rješavanja problema. Predložite im da navedu roditeljima korake u rješavanju problema i zamolite ih da zajedno s roditeljima izrade plakat s tri koraka rješavanja problema (na jednom stvarnom ili izmišljenom primjeru) koji će sljedećega dana pokazati u razredu.

VELIKO PUTOVANJE

UPUTE ZA IGRU

Ova igra na ploči sastoji se od faza u postupku rješavanja problema (definiranje problema i izrada alternativnih rješenja, procjena rješenja i odlučivanje, primjena rješenja i vrednovanje).

Svaka faza ima različit broj polja kako bi djeca radila na njihovim različitim aspektima.

TRI KATEGORIJE: Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja, procjena rješenja i odlučivanje, primjena rješenja i vrednovanje.

DEFINIRANJE PROBLEMA I IZRADA ALTERNATIVNIH RJEŠENJA

Ustanovite problem, prikupite informacije te analizirajte prepreke i pomagače, podijelite problem na manje dijelove, ako je potrebno (U čemu je problem? Koja pitanja/znakove trebam postaviti/tražiti da bi razumio/razumjela problem? Tko/što mi može pomoći da vidim/razjasnim problem, a tko/što me u tome sprečava? Radi li se o jednom problemu ili o nekoliko problema?).

Postaviti ciljeve, razmišljati pozitivno i pronaći različita rješenja (Zašto ovo radim? Želim i mogu riješiti ovaj problem da bih... ili zato što... Razmišljaj o različitim načinima kako riješiti problem).

Odgoditi prosudbu/ocjenu i kombinirati rješenja, ako je potrebno (Stani! Za sve postoji vrijeme, stoga nemoj prerano suditi: uzmi u obzir alternativna rješenja koja ti predlažu kolege/prijatelji, nemoj onemogućavati *oluju ideja* u svojoj glavi, razmišljaj naglas o alternativama, razmisli o dva ili više rješenja koja možeš kombinirati).

PROCJENA RJEŠENJA I ODLUČIVANJE

Najbolje rješenje i vrijednost (Dobro i loše: navedi prednosti i nedostatke svakog navedenoga rješenja i razmisli o tome koliko su oni važni).

Vrijeme/trud (Previše vremena ili previše truda: odaberi najbolje rješenje s obzirom na vrijeme i trud).

Promjena u osobnoj i društvenoj dobrobiti (Kakve promjene: kako meni ili drugima ova rješenja pomažu da se osjećamo bolje?).

PRIMJENA RJEŠENJA I VREDNOVANJE

Pokušaj (1...2...3... Akcija: pokušaj provesti u djelo najbolje rješenje ovoga problema – igra uloga).

Procijeni (Je li problem riješen? Procijeni rješenje i njegove ishode – igra uloga).

Pokušaj ponovno (Trebao pokušati ponovno? Razmotri situaciju i rješenje i odluči je li potrebno neko drugo rješenje – igra uloga).



PREDLOŽAK ZA IGRU



KARTICE ZA IGRU

Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja:

Čini ti se da te tvoj učitelj ne voli.

Procjena rješenja i odlučivanje:

Susjed te stalno vrijeđa. Što ćeš učiniti?

1. Razgovarati s njim.
2. Ignorirati ga.

Primjena rješenja i vrednovanje:

Ne voliš ići na sport, no roditelji te tjeraju da ideš. Smatraš da njima nije stalo do tvojega mišljenja.

Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja:

Dječak iz tvojega razreda stalno uzima tvoj ručak.



Procjena rješenja i odlučivanje:

1. Izgubio/la si novac koji ti je dao tata. Strah te je to mu priznati. Što ćeš učiniti?
2. Reći ćeš tati istinu.
3. Lagat ćeš tati.

Primjena rješenja i vrednovanje:

Prijateljica plače zato što joj se izgubio pas.

Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja:

Želiš ići u park, no mama te zamolila da joj pomogneš pripremati večeru.

Procjena rješenja i odlučivanje:

Najbolji prijatelj je lagao učiteljici. Što ćeš učiniti?

1. Reći učiteljici.
2. Praviti se da nisi ništa čuo/la.

Primjena rješenja i vrednovanje:

Zaboravio/la si bakin rođendan.



Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja:

Prijatelj te izaziva da učiniš nešto glupo.

Procjena rješenja i odlučivanje:

Netko se ruga tvojemu prijatelju koji je gluh. Što ćeš učiniti?

1. Razgovarati s tom osobom.
2. Ignorirati situaciju.

Primjena rješenja i vrednovanje:

Ne želiš obući zimsku jaknu, a vani je jako hladno.

Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja:

Prijatelj se ljuti na tebe, a ti ne znaš možeš li to promijeniti.

Procjena rješenja i odlučivanje:

U razredu je novi učenik koji ti djeluje jako usamljeno. Što ćeš učiniti?

1. Pokušati se sprijateljiti s njim.
2. Ne obazirati se na njega.



Primjena rješenja i vrednovanje:

Ne voliš ići u školu zato što skupina starijih dječaka zlostavlja tebe i tvoje prijatelje, no s druge strane, voliš ići jer se možeš igrati s prijateljima.

Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja:

Kasno je, no ne želiš ići spavati.

Procjena rješenja i odlučivanje:

Roditelji te žele upisati na tenis. Tebi se tenis ne sviđa, ali ih ne želiš razočarati. Što ćeš učiniti?

1. Reći im istinu.
2. Učiniti kako oni žele.

Primjena rješenja i vrednovanje:

Mlađa sestra te optužila za nešto što nisi učinio/la.

Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja:

U tvom razredu je dječak koji se uvijek svađa s drugima i sve uznemirava.



Procjena rješenja i odlučivanje:

Imaš jedinicu iz matematike. Bojiš se reći roditeljima. Što ćeš napraviti?

1. Reći roditeljima.
2. Sakriti činjenicu.

Primjena rješenja i vrednovanje:

Tvoj prijatelj plače jer će ga učiteljica danas ispitivati.

Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja:

Tvoja kapa odletjela je s krova.

Procjena rješenja i odlučivanje:

Zaboravio/la si napisati domaću zadaću. Što ćeš učiniti?

1. Reći istinu učiteljici.
2. Smisliti neko opravdanje.

Primjena rješenja i vrednovanje:

Želiš se igrati s prijateljem, no on to ne želi.



Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja:

Čini ti se da se tvoja najbolja prijateljica više ne želi igrati s tobom.

Procjena rješenja i odlučivanje:

Izgubio/la si knjigu svojega najboljeg prijatelja. Što ćeš učiniti?

1. Priznati prijatelju istinu.
2. Lagati prijatelju.

Primjena rješenja i vrednovanje:

Mama ti je rekla da pospremiš sobu, ali ti želiš gledati televiziju.

Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja:

Netko je uništio tvoju video igricu.

Procjena rješenja i odlučivanje:

Brat/sestra te ne pušta da gledaš svoju omiljenu emisiju na televiziji. Što ćeš učiniti?

1. Sakriti daljinski upravljač.
2. Razgovarati s roditeljima.



Primjena rješenja i vrednovanje:

Tvoj prijatelj je ukrao olovku ali si ti optužen/a za to.

Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja:

Netko je povrijedio tvojega prijatelja.

Procjena rješenja i odlučivanje:

Želiš ići plivati, no zastavica je crvena. Što ćeš učiniti?

1. Ignorirati zastavicu.
2. Igrati se u pijesku.

Primjena rješenja i vrednovanje:

Vidio/Vidjela si prijatelja kako krade knjigu.

Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja:

Na školskom krovu se nalazi jedna mačka.



Procjena rješenja i odlučivanje:

Želiš vani igrati nogomet no pada kiša. Što ćeš učiniti?

1. Igrati se nečeg drugoga.
2. Ipak ići van.

Primjena rješenja i vrednovanje:

Zaboravio/la si ponijeti kapu koju ti je posudio prijatelj a on te je upozorio da mu treba.

Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja:

Tužan/na si kada roditelji viču na tebe.

Procjena rješenja i odlučivanje:

Jako se dosađuješ. Što ćeš učiniti?

1. Ništa.
2. Naći nešto što bi mogao/la raditi.

Primjena rješenja i vrednovanje:

Tvoj pas se izgubio.



Primjena rješenja i vrednovanje:

Zaboravio/la si ponijeti kapu koju ti je posudio prijatelj a on te je upozorio da mu treba.

Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja:

Tvoj najbolji prijatelj je tužan. Ne želi se s tobom igrati.

Procjena rješenja i odlučivanje:

Netko te u školi zlostavlja. Što ćeš učiniti?

1. Razgovarati s njim/njom.
2. Ignorirati zlostavljanje.

Primjena rješenja i vrednovanje:

Tebi se ne sviđa sport na koji roditelji žele da ideš.

Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja:

Želiš gledati televiziju, no moraš pisati domaću zadaću.



Procjena rješenja i odlučivanje:

Ne možeš pronaći svoju omiljenu igru. Što ćeš učiniti?

1. Zamoliti nekoga da ti pomogne tražiti.
2. Igrati se nečega drugog.

Primjena rješenja i vrednovanje:

Zaboravio/la si ponijeti užinu u školu.

Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja:

Netko iz razreda te udario.

Procjena rješenja i odlučivanje:

Ne razumiješ zadatak iz matematike. Što ćeš učiniti?

1. Tražiti nečiju pomoć.
2. Više se potruditi da shvatiš zadatak.

Primjena rješenja i vrednovanje:

Prijatelj ti ne želi vratiti knjigu koju si mu posudio/la.



Predložak za dodavanje primjera:

Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja:

Procjena rješenja i odlučivanje:

Što ćeš učiniti?

- 1.
- 2.

Primjena rješenja i vrednovanje:





TRI KORAKA U RJEŠAVANJU PROBLEMA

Potaknite dijete da vam ispriča o igri koju su igrali u školi i kako mu je ona pomogla da bolje razumije postupak rješavanja problema. Zajedno izradite plakat s tri koraka u postupku rješavanja problema na jednom stvarnom ili izmišljenom problemu (ukoliko se dijete ne sjeti sva tri koraka, podsjetite ga/ju na njih - *1. Definiranje problema i izrada alternativnih rješenja, 2. Procjena rješenja i odlučivanje, 3. Primjena rješenja i vrednovanje*). Plakat se može sastojati i od crteža i od teksta. Podsjetite dijete da plakat odnese u školu.



PODTEMA 2. Osnaživanje i autonomija

Osnaživanjem se smatra povećavanje svjesnosti o vlastitim sposobnostima i uvjerenja da je moguće postići ciljeve, dok se autonomija odnosi na osjećaj vlastita identiteta i sposobnost samostalnoga djelovanja i djelomičnu kontrolu nad svojom okolinom (Benard, 2004). U središtu prve cjeline ove pod teme je razvoj životnoga smisla i osjećaja svrhovitosti. Djeca će dobiti priliku razmisliti o općem i situacijskom/trenutačnom značenju te promisliti o svojoj svrsi dok zamišljaju kako će izgledati budućnost. Traganje za životnom svrhom i značenjem glavno je pitanje u životu svakoga pojedinca, a njihovo otkriće ima zaštitni efekt jer je to važan pokazatelj otpornosti. Cilj je druge cjeline poticati djelovanje i samoeфикаsnost i tako pomoći djeci da shvate kako mogu biti uspješni i pomagati drugima da budu uspješni te da mogu postići svoje ciljeve i svladati zapreke. Od svih mehanizama ljudskoga djelovanja ni jedan nije toliko centralan i rasprostranjen kao vjera u osobnu ефикаsnost. Ako pojedinci ne vjeruju da svojim djelima mogu postići željene rezultate, onda imaju malo motivacije djelovati ili ustrajati kad su suočeni s teškoćama (Bandura, 1997). U trećemu dijelu ističe se važnost poticanja djece na samozastupanje, s naglaskom na poznavanju sebe i drugih te kako i što zastupati. Samozastupanje ili sposobnost zauzimanja za ono što trebamo i želimo važna je sastavnica samoodređenja koje se povezuje s otpornošću jer djeluje kao moderator utjecaja nedaća na psihološku dobrobit djeteta ili kao medijator koji unaprjeđuje samopoštovanje, samosvijest i snažniju povezanost sa zajednicom (Grover, 2005; Benard, 1999). Sudjelujući u aktivnostima djeca će imati priliku istraživati ljudska prava i povećati svoju sposobnost pronicljivoga i dubokoga razmišljanja, puno više od onoga što se inače očekuje od djece njihove dobi (Ujedinjeni narodi, 2004).

CJELINA 1. RAZVOJ ŽIVOTNOGA SMISLA I OSJEĆAJA SVRHovitosti

- Ciljevi učenja**
- razgovarati o tome tko su oni, utvrditi što im je važno i kako mogu utjecati na svijet oko sebe
 - prepoznati da je važno razumjeti uzroke i utjecaj izazovnih situacija te utvrditi načine kako ih svladati
 - raspraviti o svojim mogućim budućim zanimanjima i svojim sadašnjim i budućim ulogama.

CJELINA 2. PODRŽAVANJE DJELOVANJA I SAMOEFIKASNOSTI

- Ciljevi učenja**
- prepoznati kako mogu ostvariti namjere (planirati prije djelovanja, predvidjeti posljedice i razmišljati o ishodima)
 - objasniti kako im drugi mogu pomoći u ostvarivanju namjera ako s njima surađuju
 - prepoznati da mogu ostvarivati namjere, postizati ciljeve i svladavati zapreke.

CJELINA 3. POTICANJE SAMOZASTUPANJA

- Ciljevi učenja**
- objasniti važnost prihvatanja sebe i drugih, unatoč međusobnim razlikama
 - zauzeti se za sebe surađujući, pregovarajući i dogovarajući se
 - navesti prava i odgovornosti djeteta sukladno ljudskim pravima i *Konvenciji o pravima djeteta*.
-

Savjeti za učitelje/učiteljice

1. Imajte povjerenja u djecu koju poučavate. Pokažite im da vjerujete u njih i da očekujete da budu uspješni.
2. Proslavite uspjehe djece i uvijek ističite njihov trud.
3. Izložite djecu raznim vrstama aktivnosti kako bi se povećalo njihovo znanje o posebnim interesima i talentima koje posjeduju.
4. Budite pozitivni i optimistični glede budućnosti djece i potičite ih da izražavaju svoje ideje o budućnosti.
5. Iskoristite svakodnevna iskustva da biste razgovarali o dječjim pravima i odgovornostima.

Cjelina 1. Razvoj životnoga smisla i osjećaja svrhovitosti

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- razgovarati o tome tko su oni, utvrditi što im je važno i kako mogu utjecati na svijet oko sebe
- prepoznati da je važno razumjeti uzroke i utjecaje izazovnih situacija te utvrditi načine kako ih svladati
- raspraviti o svojim mogućim budućim zanimanjima i svojim sadašnjim i budućim ulogama.

Aktivnost 1. Promijeniti svijet nabolje

Cilj učenja

Razgovarati o tome tko su oni, utvrditi što im je važno i kako mogu utjecati na svijet oko sebe.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

govoriti o tome tko sam ja, odrediti što mi je važno i kako mogu nešto promijeniti.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Radni listić *Da bi svijet bio bolji*, prazni listovi papira ili kartona, olovke, kemijske olovke



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Zamolite djecu da sjednu u krug. Objasnite da u ovoj igri djeca trebaju „pričati“ o sebi pantomimom, bez govora, dok drugi trebaju odgonetnuti što im oni pokušavaju reći. Recite djeci da zamisle što sve vole raditi ili što im dobro ide, nešto što im je jako važno, nešto o čemu sanjaju, nešto što bi voljeli učiniti kako bi promijenili mjesto ili svijet u kojem žive... Nakon što odigraju igru na taj način, potaknite ih da nakratko zamisle sebe kao odrasle osobe i ponovite im iste zadatke. Objasnite djeci da ono što su odgovorili doprinosi njihovu zadovoljstvu i osjećaju svrhovitosti. Istaknite da su za ostvarivanje zadovoljstva i osjećaja svrhovitosti važne male stvari jer kao ljudska bića mogu značajno utjecati na svijet oko sebe. Svaki pojedinac je važan zato što svatko može jako utjecati na druge i na svijet u kojemu živimo. Kao primjer za to

kažite im da kada bismo svi reciklirali, svijet bi bio manje zagađen ili kada bismo se svi odnosili s poštovanjem prema ljudima oko sebe, svi bi živjeli u boljem okruženju.

3. Zamolite djecu da sjednu u krug i podijelite im radne listiće *Da bi svijet bio bolji*. Zamolite ih da razmisle o nečemu dobrom što mogu učiniti kako bi na bolje promijenili sebe, druge i mjesto u kojem žive (npr. bacati smeće u kantu, reciklirati papir, pomoći nekome potrebitome, zahvaliti nekome tko im je pomogao, biti ljubazni prema drugima) te da svoje ideje zapišu na radni listić (neka taj radni listić sačuvaju jer će ga nakon aktivnosti u školi trebati ponijeti kući i raspraviti o njemu s roditeljima).
4. Nakon toga zamolite djecu da u skupinama po četiri ili pet članova odaberu nešto što može imati pozitivan utjecaj na njih, druge i svijet oko njih (kombinirajući ideje koje je svatko napisao na svoj radni listić) te da to napišu na list papira ili karton. Zatim svaka skupina treba predstaviti što su odabrali, a vi izložite njihove radove u učionici.
5. Objasnite djeci da je ono što postižu u životu zbroj mnogih manjih djela. Potaknite ih da u istim skupinama razmisle o nečemu velikom što bi htjeli zajedno učiniti te da na drugu stranu papira ili kartona zapišu manje korake koje već čine kako bi to ostvarili. Možete im pomoći s nekoliko ideja kao npr. izraditi kutiju u koju mogu staviti odjeću, igračke ili knjige koje više ne koriste te odabrati organizaciju kojoj će donirati te predmete; isplanirati dan kada će počistiti smeće sa školskoga igrališta ili iz parka; izraditi čestitke za Valentinovo za starije osobe; posjetiti utočište za životinje i pomoći očistiti kaveze i brinuti se za pse i mačke koje se ondje nalaze; pripremiti glazbenu ili plesnu predstavu koju će izvesti u domu za starije ili domu za odrasle s invaliditetom; pomoći dobrotvornoj organizaciji koja beskućnicima dijeli obroke.
6. Na kraju pitajte djecu koja im riječ prva pada na pamet kada razmišljaju o vježbi koju su upravo napravili i zašto. Pitajte ih što su naučili i kakav bi učinak postigli kada bi poduzeli sva ta mala djela. Istaknite da svatko može promijeniti svijet na bolje.



Neka djeca donesu kući radni listić *Da bi svijet bio bolji* (koji su ispunila u školi) i podijele s roditeljima što su u školi odabrali upisati u njega i zašto. Potaknite ih da zamole roditelje da im pomognu u osmišljavanju provedbe tih dobrih djela te da zapišu što sve mogu poduzeti kako bi ostvarili svoj cilj i kako mu roditelji (ili drugi članovi obitelji) mogu pomoći u tome. Neka djeca sljedećega dana donesu radne listiće u školu i pitajte ih što su u njih upisali.

DA BI SVIJET BIO BOLJI

Ono što postižeš u svojem životu zbroj je mnogih manjih djela!

Nešto značajno što mogu učiniti za sebe:

Nešto značajno što mogu učiniti za ljude oko mene:

Nešto značajno što mogu učiniti za zaštitu svojega okoliša:

Osim toga mogu i:



Danas je na satu vaše dijete navelo nešto što bi moglo učiniti kako bi svijet bio bolji. Sada treba vašu pomoć u osmišljavanju provedbe tih djela. Molimo vas da raspravite na koje načine bi dijete moglo ostvariti te ciljeve i kako mu vi (ili drugi članovi obitelji) možete pomoći u tome. Neka dijete uz vašu pomoć to zapiše u prazne prostore ispod svake kućice, a vi ga podsjetite da radni listić donese u školu.



Aktivnost 2. Razumijem i mogu to svladati!

Cilj učenja

Uvidjeti da je važno razumjeti uzroke i utjecaj izazovnih situacija i odrediti načine kako ih svladati.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati da je važno razumjeti uzroke i utjecaj izazovnih situacija i odrediti načine kako ih svladati.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Radni listić *Situacije* (prethodno izrezati listiće sa svakom situacijom), radni listić *Moja izazovna situacija*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Najavite djeci da će u skupinama po četiri imati zadatak odglumiti različite izazovne/stresne situacije. Objasnite im da je cilj aktivnosti pantomimom pokazati kako se ljudi mogu osjećati i reagirati u zadanim situacijama. Dajte svakoj skupini (prethodno izrezan) listić koji prikazuje jedan od scenarija iz radnog listića *Situacije* (ukoliko ima malo skupina, svakoj skupini možete dati i dva scenarija). Možete zadati i neke druge situacije za koje smatrate da bi ih djeca trebala iskusiti (u tom slučaju zapišite svaku na zaseban listić).
3. Potaknite svaku skupinu da se kratko dogovori kako će odglumiti svoju situaciju pred razredom. Kada se svi dogovore, mogu početi s glumom.
4. Kada su sve skupine odglumile svoju situaciju, zamolite djecu da u zajednički rasprave o svakoj od odglumljenih situacija. Potaknite raspravu pitajući ih:
 - Što su mogući uzorci svake od ovih situacija?
 - Kakav utjecaj i na koga imaju te situacije?
 - Kako ih je moguće riješiti?
5. Istaknite da je u teškim situacijama važno tražiti različite strategije i biti pozitivan i nenasilan. Također, treba vjerovati da je moguće ostvariti svoje namjere. Naglasite da se do rješenja problema treba doći putem dijaloga i suradnje, poštujući druge.
6. Potaknite djecu na završnu raspravu pitajući ih:
 - Što vam se svidjelo u ovoj igri?
 - Kako ste se osjećali za vrijeme igre?
 - Jeste li uspjeli izvršiti zadatak?
 - Što ste naučili igrajući ovu igru?

- Kako možemo svladati izazovne ili stresne situacije poput ovih na pristojan i nenasilan način?
- Možete li se sjetiti drugih stresnih situacija s kojima se djeca mogu susresti i načina kako ih riješiti?
- Sjećate li se nekih situacija koje ste uspjeli riješiti?



Podijelite djeci radne listiće *Moja izazovna situacija* i potaknite ih da s roditeljima razgovaraju o izazovnim/stresnim situacijama te da odaberu jednu u kojoj su se oni (djeca) našli i da o njoj detaljnije razmisle odgovarajući na sljedeća pitanja: Zašto se to dogodilo? Kako je to utjecalo na njih? Kako su oni to prevladali? Zamolite djecu da donesu u školu što su napravili s roditeljima na radnom listiću *Moja izazovna situacija* kako bi o tome mogli razgovarati.

SITUACIJE

1. Po prvi put si nekoga upoznao/la.
2. Ponudio/la si nekome da proba tvoju omiljenu hranu, a ta osoba te odbila.
3. Upoznao/la si svojega idola - omiljenog pjevača.
4. Nešto si pitao/la dijete koje ne govori hrvatski.
5. Prijatelj ti je rekao da će se preseliti u drugu zemlju.
6. Predložio/la si nešto zbog čega su te svi ismijali.
7. Prijatelj te zove u kino, no ti nemaš novaca za ulaznicu.
8. Želiš nešto reći, ali nitko te ne sluša.
9. Moraš objasniti novu igru pred cijelim razredom.
10. Netko je iz razreda pao na igralištu i traži te da mu pomogneš.
11. Čuo/la si na vijestima da su dvije zemlje zaratile.
12. Netko te nagovara da učiniš nešto što nije u redu.
13. Netko te maltretira.





MOJA IZAZOVNA SITUACIJA

Razgovarajte s djetetom o izazovnim/stresnim situacijama. Potaknite ga/ju da se prisjeti jedne svoje takve situacije koju je riješilo i da o njoj detaljnije razmisli pomoću ovih pitanja: Zašto se to dogodilo? Kako je to utjecalo na tebe? Kako si ti to savladao/la? Neka dijete na ovom listiću napiše koja je to situacija te kako bi odgovorilo na pitanja vezana uz nju.

<p>Moja situacija:</p>	<p>Što ju je uzrokovalo?</p>	<p>Koji je bio njezin utjecaj na mene?</p>
<p>Kako sam to savladao/la?</p>		



Aktivnost 3. Putovanje u budućnost vremenskim strojem

Cilj učenja

Raspraviti svoja moguća buduća zanimanja i sadašnje i buduće uloge.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

govoriti o svojim mogućim budućim zanimanjima i svojim sadašnjim i budućim ulogama.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Prazni listovi papira, olovke ili kemijske olovke, radni listić *U budućnosti*, radni listić *Zanimanje*



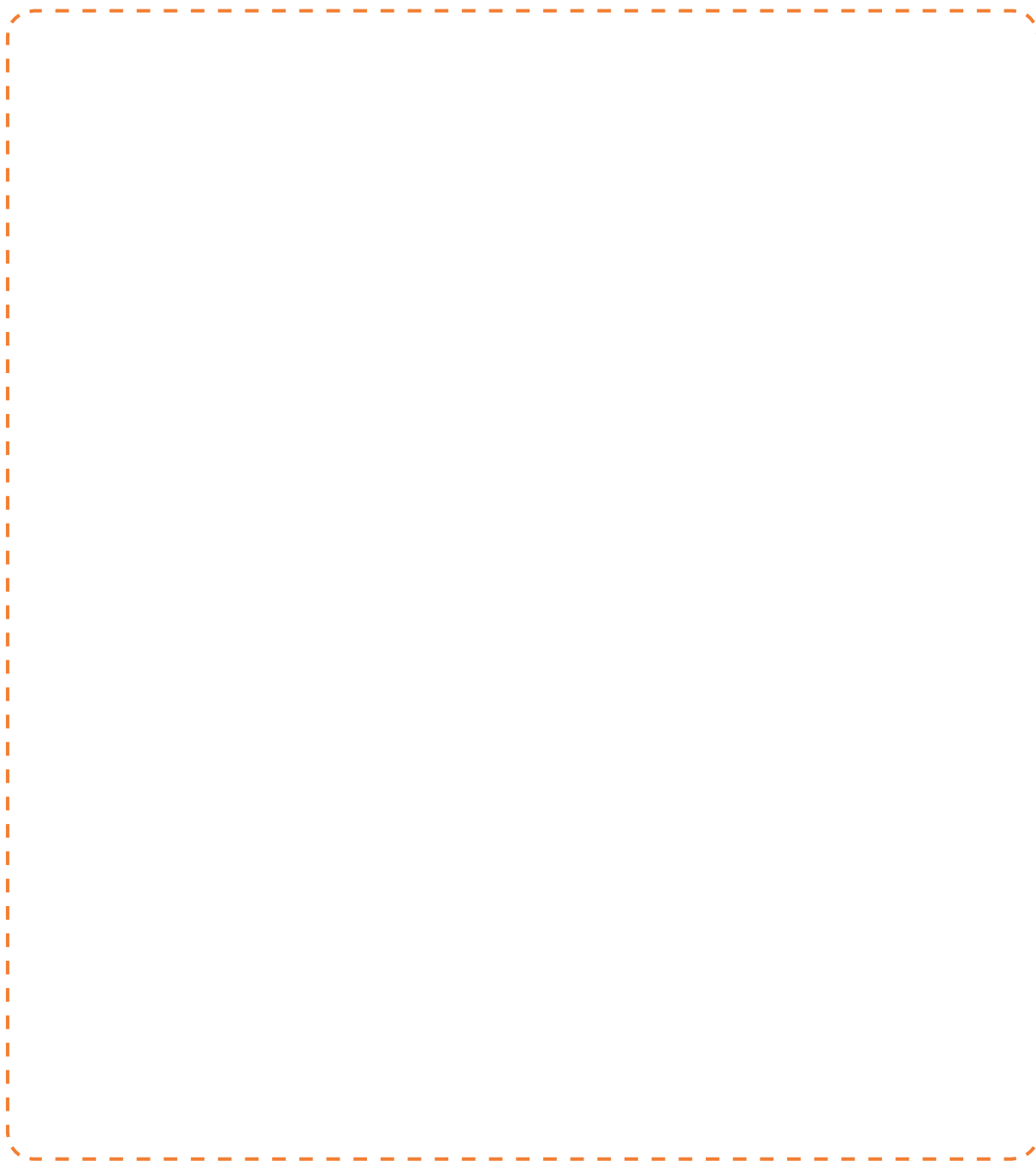
1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Zamolite djecu da zamisle da imaju vremenski stroj kojim mogu putovati u budućnost i da zamisle sebe za 30 godina te da nacrtaju svoj autoportret na prvoj stranici radnog listića *U budućnosti*. Zamolite ih da pokažu svoje crteže ostalima u razredu i da kažu kakva osoba žele biti i što žele raditi.
3. Recite im da se i dalje nalaze u budućnosti zahvaljujući svojem čarobnom vremenskom stroju. Jedan novinar želi napisati članak o njima pa će intervjuirati tri njima bliske osobe, koje ih dobro poznaju, kao što su roditelji, prijatelj, učitelj itd. Zamolite djecu da na drugu stranu listića *U budućnosti* zapišu što misle da bi te osobe rekle o njima, imena te tri važne osobe i kakvu priču bi na temelju toga o njima napisao novinar. Zamolite ih da rade u skupinama po pet tako da mogu pripremiti igru uloga za svakog člana grupe (trebaju se dogovoriti tko će biti novinar, 3 bliske osobe, a dijete o kojem se radi će glumiti sebe u budućnosti). Novinar ima zadatak ispričati nešto o životu u budućnosti, uključivši i ponešto o djetetovom budućem zanimanju, bliske osobe trebaju reći nešto lijepo o djetetu, a dijete može navesti koje će osobine imati u budućnosti. Na kraju pozovite djecu da opet uđu u vremenski stroj i da otputuju natrag u sadašnjost.
4. Potaknite razgovor o aktivnosti pitajući sljedeće:
 - Kako vam se svidjela ova aktivnost?
 - Što ste naučili?
 - U kojim ste ulogama uživali?
 - Jeste li ikada razmišljali o svojoj budućnosti npr. koje bi moglo biti vaše zanimanje ili o nekom drugom aspektu svojega života?
 - Kako se razlikuje ono kako se vidite u budućnosti od onoga kakvi ste sada?



Podijelite djeci radne listiće *Zanimanje* i potaknite ih da pitaju roditelje o njihovim zanimanjima te zanimanjima članova njihove obitelji (što rade, koje su njihove odgovornosti, kada su odlučili da će se time baviti itd.) te da opišu jedno od tih zanimanja. Zamolite djecu da donesu u školu opis kako bi ga podijelili s drugima.

U BUDUĆNOSTI

Nacrtaj kako misliš da ćeš izgledati u budućnosti.



U BUDUĆNOSTI (nastavak)

Moji roditelji o meni bi rekli:

Moj/a prijatelj/ica o meni bi rekao/la:

Moj/a učitelj/ica o meni bi rekao/la:

Novinar bi napisao ovakvu priču o meni:





ZANIMANJE

Razgovarajte s djetetom o vašem zanimanju i zanimanjima članova vaše obitelji (što rade, koje su njihove odgovornosti, kada su odlučili da će se time baviti itd.). Potaknite dijete da opiše jedno od tih zanimanja.

Član moje obitelji o kojem ću pisati je moj/a:

Ime:

Njegovo/njezino zanimanje:

Što on/a radi na poslu:

Kako je to odabralo/la:



Cjelina 2. Podržavanje djelovanja i samoeфикаsnosti

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- prepoznati kako mogu ostvariti namjere (planirati prije djelovanja, predviđati posljedice i razmišljati o ishodima)
- objasniti kako im drugi mogu pomoći u ostvarivanju namjera ako s njima surađuju
- prepoznati da mogu ostvarivati namjere, postizati ciljeve i savladavati prepreke.

Aktivnost 1. Predviđanje posljedica daje rezultate

Cilj učenja

Uvidjeti kako mogu ostvarivati namjere (planirati prije djelovanja, predviđati posljedice i razmišljati o ishodima).

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati načine ostvarivanja svojih namjera (planirati prije djelovanja, predviđati posljedice i razmišljati o ishodima).

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Prazni listovi papira, radni listić *Zamislimo i nacrtajmo*, radni listić *Što mogu djeca sama, što uz pomoć odraslih, što mogu samo odrasli?*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Najavite djeci igru koja se zove Što radimo? Zamolite ih da sjednu u krug. Jedno dijete pantomimom pokazuje neku aktivnost npr. košnju trave ili pisanje pisma, a dijete koji sjedi do njega treba pitati: „Što radiš?“ Dijete treba reći nešto drugo od onoga što zaista radi (npr. „Pečem jaje.“) Sljedeće dijete treba pantomimom pokazati odgovor prvoga djeteta dok ga treće dijete ne pita: „Što radiš?“ Zatim i on mora izmisliti neki odgovor koji će treća osoba odglumiti. Igra se tako nastavlja jedan ili dva kruga. Pitajte djecu kako im se svidjela igra, koliko im je bilo teško ili lako izvršiti zadatak, kako su se osjećali kada su pogriješili tijekom igre. Naglasite da je ova igra osmišljena kako bi ih potaknula na razmišljanje o teškim situacijama/izazovima s kojima se moraju naučiti suočavati.

3. Recite djeci da se svatko susreće s izazovima/teškim situacijama. Neki su mali, a neki poprilično veliki. No svatko od nas ima u sebi snage i vještine da ih svlada. Pri tome je jako važan način na koji razmišljamo. Važno je vjerovati da će se stvari riješiti i biti pozitivan. Osim toga, važno je i što radimo i kako se ponašamo jer je veća mogućnost da ćemo uspjeti ako pokušavamo, ustrajemo i trudimo se. Također, važno je planirati prije samoga djelovanja, trebamo predvidjeti posljedice i razmišljati o ishodima. Ovi koraci ključni su za ostvarivanje ciljeva na miran način, što nam donosi zadovoljstvo. Recite djeci i to da izazovi s kojima se suočavaju djeca širom svijeta mogu biti drugačiji: neke izazove možemo kontrolirati, neke ne. Navedite nekoliko primjera kako bi djeca shvatila koje izazove je moguće manje ili više kontrolirati: doživjeti potres, imati nesreću, biti dobar prijatelj, dovršiti zadatak u školi.
4. Prije same aktivnosti uz pomoć djece zapišite neke primjere situacija ili izazova s kojima se mogu susretati djeca iz njihovog okruženja ili različitih dijelova svijeta npr. rat, siromaštvo, prisilni rad, prirodne katastrofe, život u nasilnim susjedstvima, život bez roditelja. Podijelite djecu u skupine, svakoj skupini dajte radni listić *Zamislimo i nacrtajmo* te ih zamolite da odaberu jednu riječ iz radnog listića i da je upotrijebe u svojoj priči o jednome djetetu koje se nalazi u teškoj situaciji. Neka tu priču opišu na radnom listiću (u dijelu *Zamislimo*), a zatim ih potaknite da ispričaju svoju priču ostalima u razredu te da isplaniraju rješenja problema, da predvide posljedice i da razmisle o ishodima.
5. Zamolite skupine da osmisle strip o jednoj od priča koju su zamislili sa sretnim krajem, da ga nacrtaju na drugu stranu radnog listića (u dijelu *Nacrtajmo*) te da ostalima u razredu pokažu što su napravili.
6. Pitajte djecu što misle o ovoj aktivnosti, koliko im je bila teška/laka, kako su se osjećali, što su naučili, kojih su se miroljubivih rješenja dosjetili koja bi usrećila djecu iz priče, tko bi sudjelovao u tim rješenjima, koja od rješenja bi dovela do boljih ishoda. Kažite djeci da često nisu jedini odgovorni za odlučivanje o rješenju, nego da mogu računati i na bliske odrasle osobe koje će im pomoći.



Podijelite djeci radne listiće Što mogu djeca sama, što uz pomoć odraslih, što mogu samo odrasli? i zamolite ih da uz pomoć roditelja izrade popis onoga što djeca njihove dobi mogu riješiti sama, onoga za što bi trebali zatražiti pomoć od drugih i onoga o čemu odlučuju samo odrasli. Sljedeći dan ih potaknite na razgovor o tome što su zapisali.

ZAMISLIMO I NACRTAJMO

Vjerujte da će se problemi riješiti i imajte pozitivan stav u vezi s njima! Izmislite priču o jednom djetetu koje se nalazi u teškoj situaciji. Pročitajte riječi i zamislite o čemu će se raditi u priči.

1. gladan
2. rat
3. poplava
4. hladno
5. nasilje na ulicama
6. bolest
7. siromaštvo
8. prisiljen raditi
9. nesigurnost
10. život bez roditelja

ZAMISLIMO

Priča o ovome djetetu je:



NACRTAJMO

POČETAK:



RJEŠENJE:



SRETAN KRAJ:





ŠTO MOGU DJECA SAMA, ŠTO UZ POMOĆ ODRASLIH, ŠTO MOGU SAMO ODRASLI?

Potaknite dijete da se sjeti onoga što može učiniti ili odlučiti samo (npr. odabrati što će obući, pomoći u igri prijatelju s poteškoćama, odabrati obrok u restoranu, odabrati igru koju će igrati, odabrati prijatelje koje će pozvati na svoju rođendansku zabavu, napisati zadaću prije gledanja televizije). Zatim ga potaknite da se sjeti nečega što može učiniti uz pomoć odraslih i nečega što mogu samo odrasli. Zajedno pokušajte smisliti što više primjera, a dijete neka ih upiše na ovaj listić.

Sam/a mogu to učiniti ili o tome odlučiti	Uz pomoć odraslih mogu to učiniti ili o tome odlučiti	Samo odrasli mogu to učiniti ili odlučiti o tome



Aktivnost 2. Suradnja

Cilj učenja

Shvatiti da im drugi mogu pomoći u ostvarivanju namjera ako s njima surađuju.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

objasniti kako mi drugi mogu pomoći da ostvarim svoje namjere ako s njima surađujem.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Prazni listovi papira, olovke ili kemijske olovke, radni listić *Suradnja*, radni listić *Sudjelovanje*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Potaknite djecu da odigraju sljedeće igre:

Svakome djetetu šapnite neki broj od jedan do onog broja koliko je djece u razredu. Zatim im kažite da se moraju poredati po zadanim brojevima bez razgovora.

Svakome djetetu dajte prazan list papira i olovku. Na vaš znak djeca imaju 30 sekundi vremena za započeti neki crtež na svojem papiru. Nakon toga djeca trebaju proslijediti svoj papir osobi do sebe, te kreće novih 30 sekundi tijekom kojih moraju nešto nadodati na crtež prethodne osobe. Nastavite tako dok crteži ne dođu do svojih prvotnih vlasnika.

3. Potaknite djecu na razmišljanje o igri pitajući ih:
 - Koliko je bilo važno surađivati s drugima da biste postigli cilj?
 - Što je bilo potrebno da uspješno izvršite zadatak?
 - Što ste naučili?
 - Što znači riječ *suradnja*?
 - Zašto je grupni rad zabavan?
 - Jeste li ikad prije radili nešto zajedno sa svojim prijateljima?
 - Što trebate učiniti da biste mogli surađivati u školi?
4. Recite djeci da je neke ciljeve moguće ostvariti samo ako surađujemo s drugima. Kada zajedno radimo, zadatak postaje lakši, svatko je na dobitku te imamo mogućnost doživjeti jedno pozitivno iskustvo. Naglasite da suradnja podrazumijeva: zajednički trud, rad na nečemu što koristi svima, timski rad, popustljivost. Suradnja zahtijeva kompromis, slušanje, dijeljenje, ohrabrivanje, čekanje na red i izvršavanje svojega dijela zadatka.
5. Zamolite djecu da se podijele u skupine po četiri ili pet, svakoj skupini dajte radni listić *Suradnja*

te im recite da odaberu temu koju će prikazati na zajedničkom crtežu, a koja prikazuje neki primjer suradnje (ako je potrebno, možete im navesti i neke primjere poput izgradnje kuće, recikliranja otpada u kućanstvu, upravljanja restoranom). Kada završe, zamolite svaku skupinu da pokaže svoj crtež, da kaže što im se svidjelo, kako je skupina radila zajedno, kako su isplanirali svoj zadatak i je li on bio lakši zato što su radili zajedno. Zaključite aktivnost ističući da kada trebamo raditi s drugima, dobro je izraditi plan tako da je zadatke za čije je izvršenje potrebno više osoba, lakše izvršiti (izgradnja kuće, recikliranje otpada, upravljanje školom, bolnicom, hotelom ili restoranom, nastup glazbenog sastava itd.).

6. Zatim zamolite svaku skupinu da se dogovore oko plana djelovanja kako bi se ta suradnja koju su na crtežu prikazali ostvarila te da u prostoru ispod crteža zapišu svoje ideje. Na kraju zamolite skupine da prezentiraju što su napravile. Naglasite da je ponekad, kada želimo ostvariti svoje ciljeve, dobro surađivati s drugima jer ćemo ih na taj način lakše ostvariti.




Potaknite djecu da s roditeljima na radni listić *Sudjelovanje* izrade popis kućanskih poslova u kojima djeca mogu sudjelovati i na taj način u suradnji s roditeljima doprinijeti da se pospremanje prije obavi. Sljedećega dana pitajte djecu koji su to kućanski poslovi u kojima mogu sudjelovati.

SURADNJA

Kada surađujemo s drugima, zadatak postaje lakši, svi su na dobitku, a imamo i mogućnost doživjeti pozitivno iskustvo.

Ovo je naš grupni crtež koji prikazuje suradnju:



Ovo je naš plan kako ostvariti tu suradnju:

Što treba učiniti?	Tko bi to mogao učiniti?





SUDJELOVANJE

Pomozite djetetu u izradi popisa kućanskih poslova u kojima on/a može sudjelovati.

Popis kućanskih poslova u kojima mogu sudjelovati:

1.

2.

3.

4.

5.



Aktivnost 3. Svladavanje prepreka

Cilj učenja

Uvidjeti da mogu ostvariti namjere, postizati ciljeve i svladavati prepreke.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati da mogu ostvariti svoje namjere, postizati svoje ciljeve i svladavati prepreke.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Više staklenih posuda s vodom (ovisno o broju skupina), plastelin, prazni listovi papira, olovke ili kemijske olovke, vrećica ili kutija, radni listić *Naša pjesma*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite djecu u manje skupine i recite im da izrade kuglice od plastelina te da ih stave u vodu i pogledaju kako će potonuti. Zatim im zadajte da izrade kanù od plastelina te da ga stave na vodu i pogledaju kako će plutati. Potaknite ih da stave tri kuglice od plastelina u kanù te da pogledaju kako pluta. Objasnite da ste ih ovom aktivnošću htjeli potaknuti na razgovor o preprekama i svladavanju prepreka. Ponekad se, kad smo suočeni s preprekama, osjećamo obeshrabreno i želimo odustati. No, ako vjerujemo u sebe, možemo prebroditi izazov pred kojim se nalazimo i postići svoj cilj, kao što je bio primjer s lopticama u kanuu koje su same tonule, a u kanuu ne tonu.
3. Kažite djeci da se svatko suočava s izazovima, no i da svatko može i ima snage svladati te izazove. Važno je vjerovati da će se situacija nekako riješiti, razmišljati pozitivno o sebi i ne bojati se neuspjeha. Trebamo pokušati, razmišljati pozitivno, vjerovati da možemo izdržati napore dok ne uspijemo. Tako će nam se prepreke činiti manjima, čak i ako smo prethodno bili neuspješni u njihovu svladavanju. Osim toga, važno je da budemo strpljivi i uporni jer za svladavanje prepreka treba vremena.
4. Zamolite djecu da u svojim skupinama razmisle o situacijama u kojima su svladali neku poteškoću (to mogu biti stvarne situacije ili zamišljene) te da ih, s pojašnjenjem kako su je svladali, zapišu na listove papira. Možete im navesti nekoliko primjera pa skupine mogu odabrati jedan od njih npr.:
 - učitelj je zadao težak zadatak koji jedno dijete ne razumije – to dijete će se nastaviti truditi i neće odustajati
 - dijete nastoji složiti slagalicu, no ne vidi rješenje – bit će strpljivo i entuzijastično će pokušati još jednom

- dijete je pri kraju utrke, vrlo umorno i muči se da stigne do cilja – pronaći će još malo energije da uspije stići do cilja
- dijete počinje svirati glazbeni instrument i slabo mu ide – bit će ustrajno u vježbanju sviranja
- dijete želi novu računalnu igricu – štedjeti će dok ne uštedi dovoljno da kupi igricu.

Kada su sve skupine završile zadatak, stavite listove papira u jednu vrećicu ili kutiju i izmiješajte ih. Zamolite jednu skupinu da izvuče jedan list, da odglumi opisanu situaciju (ali ne i rješenje), a zatim neka jedna od ostalih skupina odglumi svoj prijedlog mogućeg rješenja. Raspravite to rješenje uspoređujući ga s onim koje je napisano na papiru. Pripazite da sva djeca sudjeluju u igri uloga.

5. Pitajte djecu što im se najviše sviđelo u ovoj igri uloga, jesu li se i u kojim situacijama i načinima svladavanja prepreka prepoznali i što su naučili. Neka djeca ostanu u istim skupinama, a vi svakom djetetu dajte radni listić *Naša pjesma* (koji će dijete ispuniti i ponijeti kući). Recite djeci da u skupini osmisle jednu pjesmicu o vjerovanju u sebe i svoju sposobnost da svladaju prepreke. Ta pjesmica ne mora biti duga, može i ne mora sadržavati rimu te se može ili recitirati ili otpjevati, a djeci zadajte da u njoj upotrebe jednu od rečenica kojom će izraziti sposobnost da ostvare namjere, postignu ciljeve i svladaju prepreke: „nikada ne odustaj“, „budi uporan dok nešto ne ostvariš“, „ostvari svoje snove“ i „vjerujem u sebe“. Svakoj skupini dajte i jedan prazan list papira kako bi djeca na njemu mogla upisivati ideje koje im padnu na pamet dok se ne dogovore oko konačne verzije pjesmice. Kada osmisle pjesmicu neka je svatko dijete iz skupine zapiše na svoj radni listić, a zatim zamolite svaku skupinu da svoju pjesmicu pročita ili otpjeva ostalima.



Zamolite djecu da radne listiće *Naša pjesma* ponesu kući i da pokažu ili otpjevaju svoju pjesmu roditeljima. Sljedećega dana pitajte ih kako se roditeljima sviđela njihova pjesma.

NAŠA PJESMA

Osmislite jednu pjesmicu o vjerovanju u sebe i u svoje sposobnosti ostvarivanja ciljeva i svladavanja prepreka. U toj pjesmici možete upotrijebiti rečenice poput: „nikada ne odustaj“, „budi uporan dok nešto ne ostvariš“, „ostvari svoje snove“ i „vjerujem u sebe“. Napišite pjesmicu na ovaj listić i pročitajte je ili otpjevajte ostalima.



Ovo je pjesma koju je vaše dijete u suradnji s ostalom djecom napisalo o vjerovanju u sebe i svoju sposobnost da svlada prepreke. Možda vam ju želi i otpjevati. Poslušajte ga i razgovarajte s djetetom o njegovoj/njezinoj pjesmi. Recite djetetu što vam se najviše svidjelo?



Cjelina 3. Poticanje samozastupanja

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- objasniti važnost prihvaćanja sebe i drugih, bez obzira na međusobne razlike
- zauzeti se za sebe surađujući, pregovarajući i dogovarajući se
- navesti prava i odgovornosti djeteta sukladno ljudskim pravima i *Konvenciji o pravima djeteta*.

Aktivnost 1. Uvažavanje različitosti

Cilj učenja

Uvidjeti važnost prihvaćanja sebe i drugih, bez obzira na međusobne razlike.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

objasniti da je važno prihvaćati sebe i druge, bez obzira na međusobne razlike.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Radni listić *Kako uvažavati različitosti?*, bojice, flomasteri ili pastele, radni listić *Uvažavanje različitosti*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Razgovarajte s djecom o pojmu *različitost*. Jednako kao što postoji mnogo različitih vrsta automobila, bicikala, strojeva za pranje rublja ili bilo čega drugoga, tako i među ljudima postoji raznolikost.
3. Pročitajte djeci sljedeći tekst:

Svi smo građeni na isti način - trebamo zrak, hranu, vodu, imamo srce, razmišljamo, osjećamo, ali svatko izgleda drugačije. Koža, kosa i oči mogu biti raznih boja. Veličina i oblici naših lica i tijela su različiti. Najnevjerovatnije od svega jest da se otisci prstiju svake osobe razlikuju od otisaka svih ostalih ljudi. Među milijardama ljudi na ovome svijetu, svaka je osoba jedinstvena.

4. Pitajte djecu što misle o ovome tekstu i kako je on povezan s pojmom *različitost*. Poslušajte

njihove ideje. Recite im da je jako važno prihvaćati ljudsku različitost zato što može biti korisno razgovarati o raznolikim temama. To se može odnositi na to kako poštujemo osobu s teškoćama, osobu koja ima mišljenje drugačije od našega, osobu druge boje kože, druge kulture ili nacionalnosti. Kako bismo prihvatili različitost, trebamo razmotriti sljedeće: svatko od nas je jedinstven; moramo cijeniti druge; ne bismo trebali donositi sudove ili svrstavati ljude u kategorije na temelju jedne osobine (npr. njihove boje kože, kulture, interesa, vjere).

5. Zamolite djecu da stanu u krug. Dok vi čitate savjete o tome kako uvažavati različitosti, neka djeca pantomimom pokušaju pokazati svaki savjet:
 - Kako netko izgleda izvana, nije povezano s time kakav je iznutra.
 - Nemojte se rugati osobama koje su na bilo koji način drugačije od vas. Prihvatite da je svatko poseban na svoj način.
 - Govorite lijepe stvari o drugima.
 - Isprobajte neko novo jelo, jelo koje nije uobičajeno u vašem kraju (npr. jelo iz nekog drugog dijela vaše zemlje ili jelo neke druge zemlje/kulture).
 - Ponašajte se prema svakome koga upoznate onako kako biste htjeli da se oni ponašaju prema vama.
 - Upamtite – samo zato što je netko u kolicima, ne znači da je bolestan. Mnogi ljudi koji su u kolicima zdravi su i snažni.
 - U redu je zamoliti osobe koje imaju govorne poteškoće da ponove što su rekle ako ih niste isprva razumjeli.
 - Pitajte različite ljude za mišljenje o određenoj temi. Poštujte tuđe mišljenje.
 - Ne morate govoriti glasno kada razgovarate s osobama koje imaju problema s vidom. One čuju jednako dobro kao i vi.
 - Ako imate darovitoga prijatelja, cijenite njegovo znanje i pokušajte naučiti nešto zanimljivo od njega.
 - Pozovite prijatelje s teškoćama u razvoju da vam se pridruže u posebnim prilikama ili u nekim svakodnevnim aktivnostima.
 - Nemojte misliti isto o čitavoj skupini ljudi. Ponašajte se prema svakoj osobi kao prema pojedincu koji ima svoje snage, ideje i mišljenja.
6. Podijelite djeci radni listić *Kako uvažavati različitosti?* i zamolite ih da crtežom na radnom listiću prikažu jedan od savjeta koji su čuli (ako je potrebno, ponovite savjete još jednom).
7. Pitajte djecu što im se svidjelo u ovoj aktivnosti i pada li im na pamet još neki savjet o uvažavanju i prihvaćanju različitosti. Pitajte ih mogu li se sjetiti skupina ljudi koje su obično manje prihvaćene od drugih zbog različitosti. Još jednom naglasite da je važno prihvaćati različitost i poštovati svakoga.



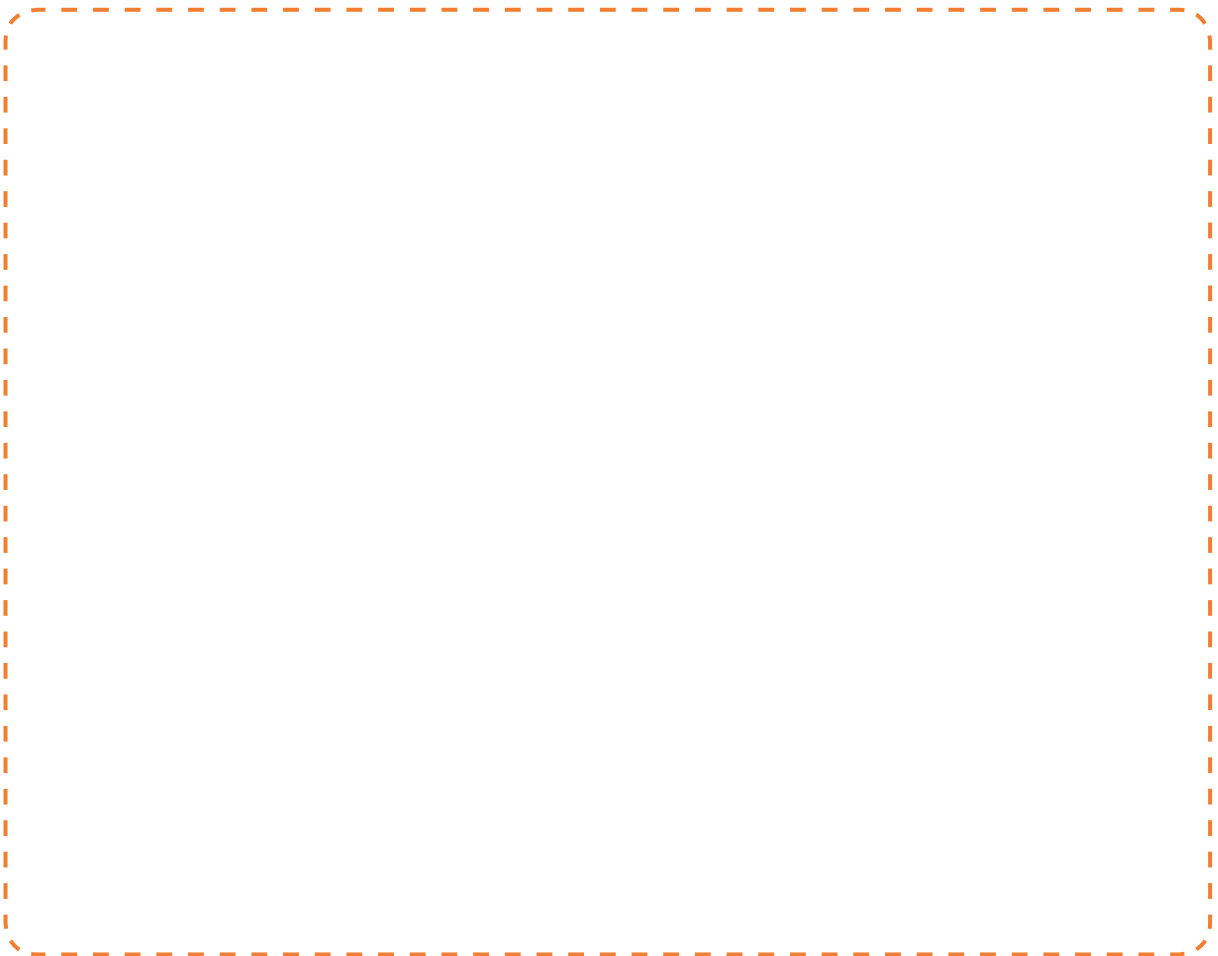
Podijelite djeci radne listiće *Uvažavanje različitosti* i potaknite ih da s roditeljima razgovaraju o aktivnosti koju su radili u školi te da još porazgovaraju o različitosti i prihvaćanju te potrebama ranjivih skupina. Neka im roditelji pomognu osmisliti još par savjeta o uvažavanju različitosti. Neka djeca ispunjene radne listiće sutradan donesu u školu i pročitaju savjete koje su dodali na svoje listiće.

KAKO UVAŽAVATI RAZLIČITOSTI?

Odaberi jedan savjet o uvažavanju različitosti i prikaži ga crtežom.

Savjet koji sam odabrao/la:

Crtež:





UVAŽAVANJE RAZLIČITOSTI

Potaknite dijete da vam prepriča aktivnost o uvažavanju različitosti koju su radili u školi i porazgovarajte s djetetom o različitosti, prihvaćanju i potrebama ranjivih skupina te načinima uvažavanja različitosti navedenima na ovome popisu. Zajedno s djetetom pokušajte osmisliti još neke od načina na koje možemo pokazati da uvažavamo različitosti i dodajte ih na kraj popisa.

- Kako netko izgleda izvana, uopće nije povezano s time kakva je ta osoba iznutra.
- Nemojte se rugati osobama koje su na bilo koji način drugačije od vas. Prihvatite da je svatko poseban na svoj način.
- Govorite lijepe stvari o drugima.
- Isprobajte neko novo jelo, jelo koje nije uobičajeno u vašemu kraju (npr. jelo iz nekog drugog dijela vaše zemlje ili jelo neke druge zemlje/kulture).
- Ponašajte se prema svakome koga upoznate onako kako biste htjeli da se oni ponašaju prema vama.
- Upamtite – samo zato što je netko u kolicima, ne znači da je bolestan. Mnogi ljudi koji su u kolicima zdravi su i snažni.
- U redu je zamoliti osobe koje imaju govorne poteškoće da ponove što su rekle ako ih niste isprva razumjeli.
- Pitajte različite ljude za mišljenje o određenoj temi. Poštujte tuđe mišljenje.
- Ne morate govoriti glasno kada razgovarate s osobama koje imaju problema s vidom. One čuju jednako dobro kao i vi.
- Ako imate nadarenoga prijatelja, cijenite njegovo znanje i pokušajte naučiti nešto zanimljivo od njega.
- Nemojte imati isto mišljenje o čitavoj skupini ljudi. Ponašajte se prema svakoj osobi kao prema pojedincu koji ima svoje snage, ideje i mišljenja.



Aktivnost 2. Zastupaj sebe i druge

Cilj učenja

Zauzeti se za sebe surađujući, pregovarajući i dogovarajući se.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

zauzeti za sebe tako što ću biti spreman/na surađivati, pregovarati i dogovarati se.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Komad papira dovoljno velik da na njemu nacrtate obris djetetova tijela u prirodnoj veličini (ako nemate dovoljno velik papir, obris tijela možete nacrtati papiru manjeg formata, npr. A3), pastele, bojice ili flomasteri, olovke ili kemijske olovke, radni listić *Tijelo prava i odgovornosti*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte sljedeću priču:

Životna priča dobitnice Nobelove nagrade

Malala je rođena 12. srpnja 1997. godine u mjestu Mingore u Pakistanu. Pohađala je školu koju je osnovao njezin otac, Ziauddin Yousafzai. Kad je imala 11 godina, nakon što su talibani počeli napadati škole za djevojčice, Malala je održala govor *Kako se talibani usude oduzeti moje temeljno pravo na obrazovanje?* Godinu dana kasnije počela je voditi anonimni blog u kojem je izražavala svoje stavove o obrazovanju i o životu pod talibanskom prijetnjom. Talibani su preuzeli kontrolu nad područjem u kojem je Malala živjela te su zabranili gledanje televizije i slušanje glazbe, a ženama i odlazak u kupovinu. Također su ograničili i njihovo pravo na obrazovanje. Krajem te godine otkrili su Malalu te su ona i njezin otac ubrzo počeli dobivati prijetnje smrću zbog onoga što su pisali na blogu.

Kad joj je bilo 14 godina, Malalina je obitelj saznala da su talibanske vođe odlučile da je treba ubiti. Neko vrijeme nakon toga naoružani zamaskirani muškarac ušao je u školski autobus kojim je Malala putovala, pitao tko je Malala, a zatim pucao u nju. Malala je preživjela, no bila je u vrlo kritičnom stanju. Stoga su je preselili u Ujedinjeno Kraljevstvo gdje su je dalje liječili u bolnici u Birminghamu. Kada se oporavila, odlučila je da će se boriti za ono u što vjeruje (moć obrazovanja) te je postala svjetska glasnogovornica milijuna djevojčica kojima je uskraćeno pravo na obrazovanje.

Čitav svijet osudio je pokušaj ubojstva Malale, a širom Pakistana održani su protesti. Više od dva milijuna ljudi potpisalo je peticiju *Pravo na obrazovanje*. Malala i njezin otac pokrenuli su *Fond Malala* kako bi podigli svijest o društvenome i ekonomskome utjecaju koje obrazovanje djevojčica ima i kako bi osnažili djevojčice da podignu svoj glas, oslobode svoje potencijale i zahtijevaju promjene.

Godine 2014. Malala je nominirana za Nobelovu nagradu za mir i postala najmlađa osoba kojoj je ta nagrada dodijeljena. Kao što ona kaže: „Jedno dijete, jedan učitelj, jedna knjiga, jedna stranica mogu promijeniti svijet.“

3. Razgovarajte s djecom o priči tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što vam se svidjelo u ovoj istinitoj priči?
 - Poznajete li nekoga tko je dobar zagovornik poput Malale?
 - Što ona radi?
 - Zalaže li se ona samo za sebe?
 - Za koga se ona zalaže?
 - Malala govori o vrlo važnoj temi. Kojoj?
 - Kako ona to čini?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:
 - Jeste li ikada osjetili potrebu da se zauzmete za sebe? Što se dogodilo?
 - Jeste li ikada osjetili potrebu da se zauzmete za druge? Za koga? Zašto?
5. Pitajte djecu znaju li što znače riječi *asertivnost*, *suradnja*, *vodstvo* i *pregovaranje*. Naglasite da su to vještine koje koristimo kako bismo zastupali sebe.

Asertivnost znači da se trebate znati zauzeti se za sebe ali ne na štetu drugih.

Suradnja i vodstvo znači da trebate surađivati i djelovati zajedno s drugima.

Pregovaranje znači da svi sudjeluju u odlučivanju te zajedno rade na pronalasku kompromisa koji je svima prihvatljiv.

Samozastupanje podrazumijeva pokušaj da *pregovarate* i uvjerite drugu stranu u svoju poziciju. Recite djeci da *samozastupanje* ne znači „sve raditi sam i voditi računa samo o svojoj koristi“, već da postoje važni koraci u postupku samozastupanja:

1. korak – odrediti cilj koji zastupate, što želite postići, koji su prihvatljivi rezultati
 2. korak – izraditi plan, koje činjenice/prava idu u prilog vašemu stajalištu, koja sredstva imate
 3. korak – predvidjeti i shvatiti stajalište suprotne strane, odnosno drugih ljudi.
6. Prije same aktivnosti zamolite jedno dijete-dobrovoljca da legne na veliki komad papira na podu te nacrtajte obris njegovog tijela (ili napravite smanjeni obris na manjem papiru). Izrežite obris i zamolite djecu da sjednu u krug oko njega. Podsjetite ih da svi imamo karakteristike vezane uz zastupanje sebe, suradnju, vodstvo i pregovaranje i da nam one pomažu da se zauzmemo za svoja prava ili prava drugih kao i za našu zajednicu (školu, susjedstvo, grad, zemlju, svijet). Zamolite djecu da, jedan po jedan, u obris tijela upišu nekoliko primjera kako se mogu zauzeti za svoja prava. Pri tome djeca trebaju paziti na to što određeni dijelovi tijela predstavljaju: ruke, šake i stopala – suradnja; glava – vodstvo; noge – asertivnost; prsa – pregovaranje. Na kraju zamolite djecu da objasne što su napisali. Zaključite aktivnost naglašavajući da kada se zauzimamo za svoja prava, moramo znati da uz prava dolaze i odgovornosti te da moramo voditi računa i o tome da zauzimanje za sebe i svoja prava ne bi trebalo biti na štetu drugih. Ispunjeni obris tijela možete izložiti na vidljivo mjesto u učionici.

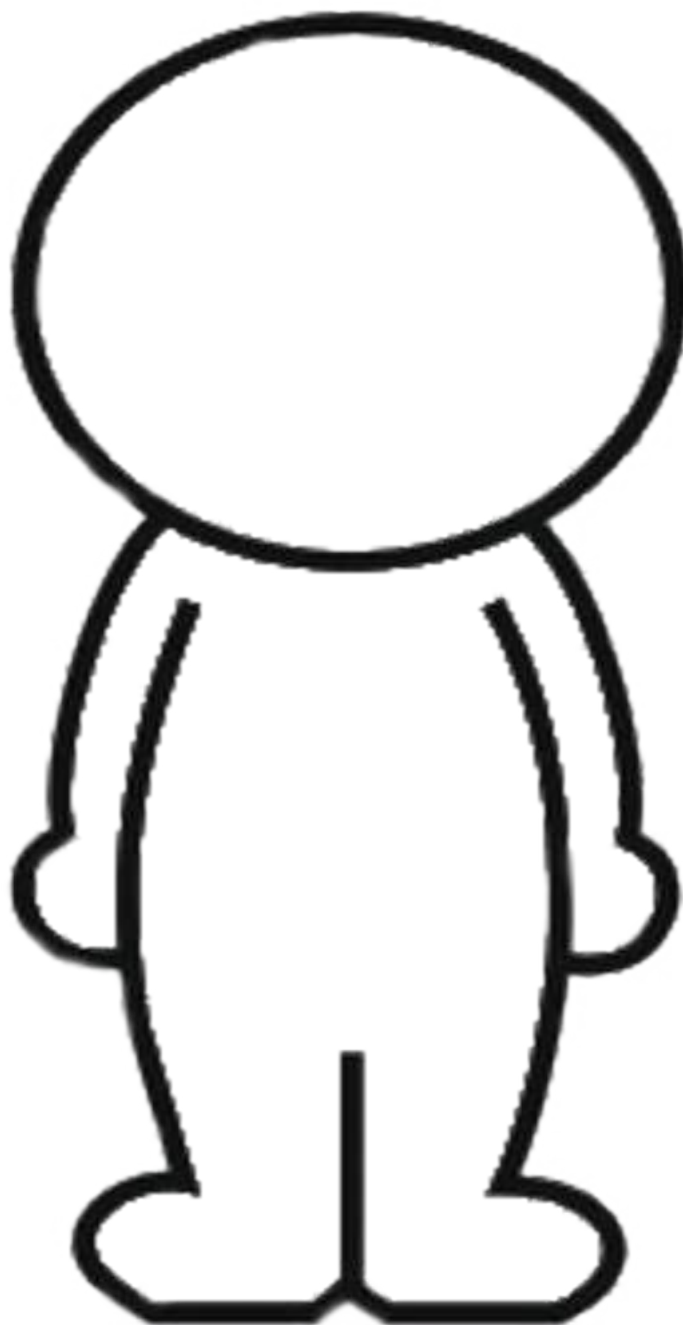


Potaknite djecu da s roditeljima razgovaraju o načinima zauzimanja za sebe i svoja prava (pregovarajući, surađujući, zastupajući sebe) ali i o odgovornostima koje ta prava nose. Neka djeca uz pomoć roditelja riječima i/ili slikama ispune radni listić *Tijelo prava i odgovornosti* i donesu ga u školu idući dan. (Recite djeci da roditeljima mogu predložiti i da, umjesto obris tijela na radnom listiću, na velikom papiru izrade djetetov obris tijela i zajedno ga ispune na isti način).



TIJELO PRAVA I ODGOVORNOSTI

Molimo vas da razgovarate s djetetom o načinima na koje se dijete može zauzimati za sebe i svoja prava (pregovarajući, surađujući, zastupajući sebe) ali i o odgovornostima koje ta prava nose. Neka djeca uz vašu pomoć riječima i/ili slikama ispune ovaj obris tijela i prostor oko njega i sutra ga donesu u školu. (Umjesto ovog obrisa tijela možete i na velikom papiru izraditi djetetov obris tijela i zajedno ga ispuniti na isti način). Podsjetite dijete da ispunjeni radni listić sutra donese u školu.



Aktivnost 3. Ispleti, nacrtaj i pokaži prava

Cilj učenja

Navesti prava i odgovornosti djeteta sukladno ljudskim pravima i Konvenciji o pravima djeteta.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

navesti moja prava i odgovornosti u skladu s ljudskim pravima i Konvencijom o pravima djeteta.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Radni listić *Naša prava* (prethodno izrezati kartice)



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Razgovarajte s djecom o prethodnim aktivnostima i podsjetite ih na važnost zastupanja svojih prava ali i uviđanja da osim prava imamo i odgovornosti. Istaknite da trebamo znati svoja i istodobno poštivati tuđa prava.
3. Najavite djeci da će igrati igru čija je svrha da zajednički promisle o ljudskim pravima i o dječjim pravima i odgovornostima. Igra se u ekipama (od 3 do 4 djeteta), a prethodno pripremite izrezane kartice s radnog listića *Naša prava* koje se odnose na tri kategorije zadataka: ISPLETI (koristeći samo dijelove tijela djeca trebaju „ispisati“ ključne riječi vezane uz njihovo pravo napisano na kartici), NACRTAJ (djeca trebaju na ploči nacrtati rečenicu koja se odnosi na neku njihovu odgovornost, a napisana je na kartici koju su izvukli), POKAŽI PANTOMIMOM (djeca trebaju odglumiti pravo djeteta napisano na kartici). Na prazne predloške kartica na radnom listiću možete upisati i još neka prava, a ukoliko procijenite da neka prava svima nisu jednako razumljiva, odaberite ona koja smatrate primjerenima. Neka se ekipe okupe u krug, a vi u sredinu kruga (to može biti i na jednoj klupi) stavite tri hrpice izrezanih kartica s radnog listića *Naša prava* (okrenute tekstem prema dolje). Neka na jednoj hrpici budu kartice koje su u kategoriji ISPLETI, na drugoj hrpici kartice koje su u kategoriji nacrtaj, a na trećoj kartice koje su u kategoriji POKAŽI PANTOMIMOM. Svaka ekipa treba izvući jednu karticu sa svake hrpice i napraviti zadatak koji piše na njoj (dajte djeci malo vremena da se unutar ekipe dogovore kako će napraviti zadatak). Neka se ekipe izmjenjuju na način da prvo sve ekipe naprave zadatke iz jedne kategorije, zatim iz druge, a na kraju iz treće (npr. najprije sve ekipe naprave zadatke iz kategorije ISPLETI, zatim NACRTAJ, pa POKAŽI PANTOMIMOM). Kada završite, možete odigrati još jedan krug, a igra može trajati dok se ne izvuku sve kartice ili dok djeca žele.
4. Na kraju pitajte djecu što im se svidjelo i što su naučili u ovoj igri? Potaknite ih da rasprave

što sve možemo učiniti kako bismo osigurali da se poštuju prava svake osobe? Kako možemo naučiti više o pravima i odgovornostima koje svi imamo?



Zamolite djecu da zajedno s roditeljima pokušaju naći slike povezane s pravima djece i nacrtaju nešto na tu temu. Neka te slike djeca donesu u školu, a možete ih dodati i kao nove kartice u igri.

NAŠA PRAVA
ISPLETI**Dostojanstvo**

Ispleti

Obrazovanje

Ispleti

Jednakost

Ispleti

Hrana

Ispleti

Sloboda

Ispleti

Dom

Ispleti

Ljubav roditelja

Ispleti

Državljanstvo

Ispleti

Mišljenje

Ispleti

Ime

Ispleti



NAŠA PRAVA
ISPLETI

Vjera

Ispleti

Igra

Ispleti

Sudjelovanje

Ispleti

Zaštita

Ispleti

Sudjelovanje

(u odlukama koje utječu na nas)

Ispleti

Zaštita

Ispleti

Imam pravo na

Imam pravo na



ODGOVORNOSTI
NACRTAJ**Brinem se za svoje
tijelo**

(da bih bio/bila zdrava)

Nacrtaj

**Ispunjavam svoje
obaveze**

Nacrtaj

Poštujem druge(djecu i odrasle koji su drugačiji
od mene)

Nacrtaj

**Poštujem ideje
drugih osoba**

(djece i odraslih)

Nacrtaj

**Pazim na svoje
stvari**

Nacrtaj

**Učim iz svojih
grešaka**

Nacrtaj

Nisam nasilan/na

Nacrtaj

Pomažem drugima

Nacrtaj



ODGOVORNOSTI
NACRTAJ**Suradujem**

(s roditeljima, učiteljima i drugim odraslima koji se brinu o meni)

Nacrtaj

Prihvaćam druge

(osobe iz drugih kultura ili sredina)

Nacrtaj

Igram se sigurno i oprezno

Nacrtaj

Održavam svoju okolinu čistom

(i poštujem okoliš)

Nacrtaj

Trudim se u školi

Nacrtaj

Ne bacam hranu

Nacrtaj



ODGOVORNOSTI
NACRTAJ

Poštujem pravila

(školska i društvena)

**Odan/a sam svojim
prijateljima**

Nacrtaj

Nacrtaj

Mi _____

Ja _____



PRAVA DJETETA
POKAŽI PANTOMIMOM

**Sva djeca imaju ista
prava**

Pokaži pantomimom

**Imam pravo
odabrati svoje
prijatelje**

Pokaži pantomimom

**Imam pravo na
privatnost**

Pokaži pantomimom

**Imam pravo na
ispravnu hranu i
vodu**

Pokaži pantomimom

**Tko se brine o meni,
treba znati moja
prava**

Pokaži pantomimom

**Imam pravo na
obrazovanje**

Pokaži pantomimom

**Imam pravo na
odmor**

Pokaži pantomimom

**Nitko me ne smije
oteti**

Pokaži pantomimom



PRAVA DJETETA
POKAŽI PANTOMIMOM

**Imam pravo znati
svoja prava**

Pokaži pantomimom

**Imam pravo na
zdravstvenu zaštitu**

Pokaži pantomimom

**Imam pravo da me
se uvažava**

Pokaži pantomimom

**Imam pravo raditi
greške**

Pokaži pantomimom

Ja _____

Mi _____





DJEČJA PRAVA U SLIKAMA

Potaknite dijete da vam prepriča što je radilo u školi vezano uz ljudska i dječja prava. Pomozite mu da nađe nekoliko slika povezanih s pravima djece i da nacrtaju nešto na tu temu. Podsjetite dijete da slike i crtež sutradan donese u školu.



Evaluacijski listić učitelja/ice

Ime i prezime djeteta: _____	0: Nije primijećeno /ne primjenjuje se 1: Usvaja
Datum popunjavanja: _____	2: Postignuto 3: Trajno uspostavljeno

Upute: Popunite listu za svako dijete kada završite **Temu 4. Razvoj samoodređenja**.

4. RAZVOJ SAMOODREĐENJA	
4.1. RJEŠAVANJE PROBLEMA	Razina 0,1,2 ili 3
4.1.1. Definiranje problema i pronalaženje kreativnih rješenja	
4.1.1.O ⁹ . Dijete može prepoznati da je prvi korak u rješavanju problema analiza prepreka i pomagača.	
4.1.1.S. Dijete može prepoznati da je za uspješno rješavanje problema potrebno uložiti trud i vrijeme.	
4.1.1.N. Dijete može osmisliti kreativna, raznolika rješenja.	
4.1.2. Procjena rješenja i odlučivanje	
4.1.2.O. Dijete može navesti moguće prednosti i nedostatke pojedinih rješenja problema.	
4.1.2.S. Dijete može procijeniti koliko vremena i truda treba uložiti u provedbu određenoga rješenja.	
4.1.2.N. Dijete može procijeniti ishode rješenja problema s obzirom na to jesu li u skladu s društvenim pravilima i kako rješenje doživljavaju drugi i ono samo.	
4.1.3. Primjena rješenja i vrednovanje	
4.1.3.O. Dijete može pokušati riješiti problem primjenom određenoga rješenja.	
4.1.3.S. Dijete može procijeniti ishode rješenja, i ako je potrebno, pokušati ponovno.	
4.1.3.N. Dijete može opisati tri koraka u postupku rješavanja problema.	

4.2. OSNAŽIVANJE I AUTONOMIJA	
4.2.1. Razvoj životnoga smisla i osjećaja svrhovitosti	
4.2.1.O. Dijete može razgovarati o tome tko je on/a, utvrditi što mu/joj je važno i kako može utjecati na svijet oko sebe.	
4.2.1.S. Dijete može prepoznati da je važno razumjeti uzroke i utjecaj izazovnih situacija te utvrditi načine kako ih savladati.	
4.2.1.N. Dijete može raspravljati o svojim mogućim budućim zanimanjima i svojim sadašnjim i budućim ulogama.	
4.2.2. Podržavanje djelovanja i samoeфикаsnosti	
4.2.2.O. Dijete može prepoznati kako ostvarivati svoje namjere (planirati prije djelovanja, predviđati posljedice i razmišljati o ishodima).	

9 O = Osnovna razina, S = Srednja razina, N = Napredna razina




4.2.2.S. Dijete može objasniti kako mu/joj drugi mogu pomoći u ostvarivanju namjera ako s njima surađuje.	
4.2.2.N. Dijete prepoznaje da može ostvarivati namjere, postizati svoje ciljeve i svladavati prepreke.	
4.2.3. Poticanje samozastupanja	
4.2.3.O. Dijete može objasniti važnost prihvaćanja sebe i drugih, bez obzira na međusobne razlike.	
4.2.3.S. Dijete se može zauzeti za sebe surađujući, pregovarajući i dogovarajući se.	
4.2.3.N. Dijete može navesti prava i odgovornosti djeteta sukladno ljudskim pravima i <i>Konvenciji o pravima djeteta</i> .	

Djetetove jake strane:























































Djetetove potrebe:

Razvojni ciljevi:

























Djetetova samoprocjena































Ime i prezime djeteta: _____	 Ne  Ponekad  Da
Datum popunjavanja: _____	

RAZVOJ SAMOODREĐENJA – RJEŠAVANJE PROBLEMA

Definiranje problema i pronalaženje kreativnih rješenja		
Označi lice koje te najbolje opisuje:	Mogu	Sviđa mi se
Mogu analizirati prepreke i pomagače kao prvi korak u rješavanju problema.	  	  
Mogu prepoznati da su za rješavanje problema potrebni trud i vrijeme.	  	  
Mogu navesti kreativna i raznolika rješenja nekog problema.	  	  
Procjena rješenja i odlučivanje		
Mogu navesti prednosti i nedostatke pojedinih rješenja problema.	  	  
Mogu procijeniti koliko truda i vremena trebam uložiti u primjenu nekog rješenja.	  	  
Mogu procijeniti ishode rješenja problema s obzirom na to jesu li u skladu s pravilima i kako drugi ja doživljavamo ta rješenja.	  	  
Primjena rješenja i vrednovanje		
Mogu riješiti problem tako što ću isprobati odabrano rješenje i provjeriti djeluje li.	  	  
Mogu procijeniti je li neko rješenje učinkovito ili ne, i ako je potrebno, pokušati ponovno.	  	  
Mogu opisati tri koraka u postupku rješavanja problema.	  	  

RAZVOJ SAMOODREĐENJA – OSNAŽIVANJE I AUTONOMIJA

Razvoj životnoga smisla i osjećaja svrhovitosti		
Mogu razgovarati o tome tko sam ja, odrediti što mi je važno i kako mogu nešto promijeniti.	  	  
Mogu prepoznati da je važno razumjeti uzroke i utjecaj izazovnih situacija te utvrditi načine kako ih svladati.	  	  
Mogu raspravljati o svojim mogućim budućim zanimanjima i o svojim sadašnjim i budućim ulogama.	  	  
Podržavanje djelovanja i samoeфикаsnosti		
Mogu prepoznati kako ostvariti svoje namjere.	  	  

Mogu objasniti kako mi drugi mogu pomoći da ostvarim svoje namjere ako s njima surađujem.	  	  
Prepoznajem da mogu ostvariti namjere, postizati ciljeve i svladavati prepreke.	  	  
Poticanje samozastupanja		
Mogu objasniti da je važno prihvaćati sebe i druge, bez obzira na međusobne razlike.	  	  
Mogu se zauzeti za sebe tako što biti spreman/na surađivati, pregovarati i dogovarati se.	  	  
Mogu navesti svoja prava i odgovornosti u skladu s ljudskim pravima i <i>Konvencijom o pravima djeteta</i> .	  	  

Svidjelo mi se učiti o:

Htio/htjela bih poboljšati:

TEMA 5. Izgradnja osobne snage

Podtema 1. Pozitivno samopoimanje i samopouzdanje

CJELINA 1	CJELINA 2	CJELINA 3
Poznavati sebe da bismo imali pozitivan pojam o sebi	Otkrivanje svojih pozitivnih strana za veće samopoštovanje	Shvaćanje da su naše snage dio onoga što smo bili, što jesmo i što možemo postati

Podtema 2. Korištenje jakih strana u akademskome i društvenome okruženju

CJELINA 1	CJELINA 2	CJELINA 3
Korištenje snaga za bolje društveno sudjelovanje	Poticanje socijalnih vještina i društvenoga sudjelovanja	Postavljanje ciljeva u akademskome i društvenome okruženju

PODTEMA 1. Pozitivno samopoimanje i samopouzdanje

Samopoimanje se odnosi na „skup uvjerenja o vlastitoj prirodi, jedinstvenim kvalitetama i tipičnom ponašanju, odnosno na mentalnu sliku samog sebe ili skup pojmova o sebi. Ono može podrazumijevati uvjerenja kao što su *Ja sam ležeran, Ja sam lijepa* ili *Ja sam marljiva*“ (Weiten, Dunn i Hammer, 2012). Niz je područja na koja se samopoimanje odnosi: društveno, afektivno, tjelesno, akademsko, obiteljsko, područje kompetencija i dr. Pojam o sebi nije ograničen određenim trenutkom jer nije važno samo ono kakva je osoba sada, nego i kakva je bila i kakva može postati što djelomično objašnjava zašto je pojam o sebi važan za buduća postignuća. Samopoštovanje (koliko osoba cijeni samu sebe) smatra se jednom od tri komponente pojma o sebi, druge dvije su slika o sebi (kako osoba vidi sebe) i *idealno ja* (kakva osoba želi biti). Što je osoba bliže svojem *idealnom ja*, to je zapravo u povoljnijoj poziciji (Rogers, 1959). Poštovanje prema sebi korisno je samo po sebi, no ono mora biti kongruentno odnosno pojam o sebi trebao bi biti u skladu sa stvarnošću. U prve dvije cjeline ove podteme djeca će imati priliku otkriti o sebi ono što može doprinijeti jačanju njihova pojma o sebi i samopoštovanja. Cilj je treće cjeline potaknuti djecu da uvide da su njihove jake strane dio onoga što su bila, što jesu te što će postati.

CJELINA 1. POZNAVATI SEBE DA BISMO IMALI POZITIVAN POJAM O SEBI

- Ciljevi
učenja
- navesti svoje pozitivne karakteristike
 - saznati značenje ili druge važne podatke o svojem imenu
 - osmisliti jedno maštovito i jedno tajno ime za sebe.

CJELINA 2. OTKRIVANJE SVOJIH POZITIVNIH STRANA ZA VEĆE SAMOPOŠTOVANJE

- Ciljevi
učenja
- uvidjeti svoje jake strane
 - opisati svoje jedinstvene kvalitete
 - prepoznati koje kvalitete vršnjaci cijene na djetetu.

CJELINA 3. SHVAĆANJE DA SU NAŠE SNAGE DIO ONOGA ŠTO SMO BILI, ŠTO JESMO I ŠTO MOŽEMO POSTATI

- Ciljevi
učenja
- uvidjeti da ono što se djetetu dogodilo može biti dio onoga što će postati
 - opisati kako prošli i sadašnji događaji u djetetovu životu mogu doprinijeti djetetovoj budućnosti
 - razumjeti da važni ljudi u djetetovu životu mogu biti dio onoga što bi dijete moglo postati.
-

Savjeti za učitelje/učiteljice

1. Što češće ukazujte djeci na njihove snage i govorite o njima za vrijeme aktivnosti. Budite što precizniji i pokušajte govoriti o postupcima djece. Ponašanje se može popraviti, dok se osobine puno teže mijenjaju. Ako komentirate osobine, djeca bi se mogla osjećati nesigurno i zabrinuto. Umjesto da kažete „Tako si pametna“, recite „Sviđa mi se što se jako trudiš kada izvršavaš neki zadatak, to će ti se isplatiti u budućnosti.“ Umjesto da kažete „Ti si dobar prijatelj“, recite „Cijenim što si tako dobar prema svojim prijateljima“.
2. Pazite da govorite o onome što zaista i opažate. Primjećujte i komentirajte napredak djece u svakom području.
3. Govorite djeci o onome na što ste ponosni ili što volite na sebi te im na taj način budite uzor u prepoznavanju vlastitih kvaliteta.
4. Potičite djecu da primjećuju i komentiraju ono što im se sviđa kod njihovih vršnjaka.
5. Osvijestite kod djece činjenicu da se stvari s vremenom mijenjaju. Primjerice, kada razgovarate s njima o pričama koje ste čitali, možete im pokazati kako je prošlost dio nas, ali i onoga što bismo mogli postati.

Cjelina 1. Poznavati sebe da bismo imali pozitivan pojam o sebi

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- prepoznati svoje pozitivne karakteristike
- navesti značenje ili druge važne podatke o svojem imenu
- osmisliti jedno maštovito i jedno tajno ime za sebe.

Aktivnost 1. Moje ime

Cilj učenja

Otkriti svoje pozitivne karakteristike.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati svoje pozitivne karakteristike.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Radni listić *Moje ime*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Razgovarajte s djecom o tome kako su oni posebni. Recite im da je svatko od njih jedinstveno ljudsko biće i da je lijepo biti jedinstven/a. Lijepo je poznavati druge jedinstvene osobe i lijepo je poznavati sebe. Ne razmišljamo uvijek o tome tko smo mi. Važan dio nas je i naše ime i često se s njime poistovjećujemo.
3. Napišite svoje ime na ploču, a zatim napišite nešto pozitivno o sebi u zagradu uz svako slovo vašeg imena. Na primjer, ako se zovete Tina, napišite to ovako:
 - T (topla)
 - I (iskrena)
 - N (nasmijana)
 - A (aktivna)

Podijelite djeci radne listiće *Moje ime* i zamolite ih da i oni na listićima učine isto. Dozvolite im da upotrijebe rječnike kako bi lakše pronašli pozitivne riječi o sebi, a i vi im možete pomoći s idejama za različita slova.

4. Potaknite djecu da ukrase svoje listiće, a oni koji žele mogu podijeliti s ostatkom razreda što su napisali. Zatim ih zamolite da na poleđinu papira zapišu koja im se pozitivna riječ uz neko slovo njihova imena najviše sviđa.



Potaknite djecu da pokažu roditeljima svoje listiće te da zajedno dodaju još pozitivnih riječi uz slova djetetova imena. Kada djeca donesu listiće u školu, spremite ih u djetetov portfolio.

MOJE IME

UPIŠI SVOJE IME NA KARTICU:



SLOVO

POZITIVNA KARAKTERISTIKA



Pogledajte listić svojega djeteta i dodajte što više pozitivnih stvari o njemu/njoj, a koje počinju slovima sadržanima u djetetovu imenu.



Aktivnost 2. Značenje mog imena

Cilj učenja

Saznati značenje ili druge važne podatke o svojem imenu.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

navesti značenje i druge važne podatke o svojem imenu.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Popis imena djece s njihovim značenjima i eventualnim zanimljivostima vezanima uz ta imena i nekim poznatim osobama s tim imenima (pripremiti prije aktivnosti uz pomoć interneta ili etimološkog rječnika), pastele ili olovke, radni listić *Značenje mog imena*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Razgovarajte s djecom o tome kako je svatko od njih jedinstveno ljudsko biće i kako je ime važan dio nas i naše posebnosti.
3. Podijelite djecu u manje skupine i podijelite im prethodno pripremljen popis njihovih imena sa značenjima i eventualnim zanimljivostima i poznatim osobama s tim imenima (potražite značenja na internetu ili u etimološkom rječniku). Zamolite djecu da u grupama razgovaraju o značenjima svojih imena i zanimljivostima. Potaknite ih i da rasprave o sljedećim pitanjima:
 - Smatrate li da vaše ime odgovara vašoj osobnosti? Zašto tako mislite?
 - Jeste li čuli za neke od osoba s popisa koje imaju isto ime kao i vi?
 - Znete li još neku osobu koja ima isto ime kao i vi i imate li neke sličnosti s tom osobom?
4. Zamolite djecu da prikažu crtežom svoje ime te im dozvolite da sami odluče hoće li pritom uzeti u obzir njegovo značenje ili ga žele prikazati na neki drugi način.
5. Potaknite djecu koja žele da pokažu svoje crteže ostalima u razredu i objasne ih.



Zamolite djecu da kažu roditeljima ono što su saznali o svojem imenu te da ih pitaju kako su odabrali baš to ime. Neka im roditelji prepričaju kako su oni dobili ime, a dijete neka ga napiše oslikavajući svako slovo drugačije.



ZNAČENJE MOJEGA IMENA

Molimo vas da porazgovarate s djetetom o tome kako ste mu/joj odabrali ime, mislite li da mu/joj to ime pristaje i znate li još nekoga tko se tako zove? Prepričajte djetetu kako ste vi dobili ime te ga potaknite da ga napiše na način da svako slovo imena oslika drugačije.

A large, empty rectangular area outlined with a dashed orange border, intended for the child to write their response.

Aktivnost 3. Maštovito ime za mačka

Cilj učenja

Osmisliti jedno maštovito i jedno tajno ime za sebe.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

smisliti jedno maštovito i jedno tajno ime za sebe.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Listovi papira, bojice, flomasteri, pastele, Radni listić *Maštovito ime za mačka*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na razgovor iz prethodne aktivnosti o imenu kao dijelu naše posebnosti, a zatim im pročitajte sljedeću pjesmu:

Kako okrstiti mačka¹⁰

Okrstiti mačka nije baš lako
 I nije to igra za dokoni dan
 Pomislit ćeš da sam lud i te kako
 Kad kažem TRI IMENA mačku su san;
 Prvo je ime što znade ga svatko,
 Kao: Mia, Maza, Muco il' Mako
 I takva razna imena javna,
 Imena pametna – no ne i slavna.
 I bolje ime možeš mu dati,
 Pa ga Livingstone ili Džingiskan zvati
 Al' sve su to imena – nova il davna,
 Lijepa i pametna – no ne i slavna.
 A mačak traži posebno ime
 Dostojanstva puno – da se ponosi njime,
 Čudno ime – evo ih par:
 Bombalurina, Kvakso, Mesokvar
 Takvo ime mačak treba,

¹⁰ T. S. Eliot, prepjev Rajke Maček, preuzeto iz: *Knjiga starog mačka o mačkama svakodnevnim*

**Kad ponosno rep svoj diže put neba,
Zaliske češlja, bavi se svim
I tiho se ponosi imenom tim.
No iznad i ispod imena tih treba
Ime još jedno koje mačak vreba.
Tajnu tog imena nikad nećeš znati
MAČAK JE ZNA – al neće je odati
Kad je zanesen – mišlju ponesen,
Kad priklanja glavu svoju snenu,
Tad misli i misli i misli i misli
O svom nezamislivom
Zamislivsmislivom
Tajnom i dubokom – vječnom imenu.**

3. Otkrijte djeci koje biste vi maštovito ime htjeli imati i dodajte da ste baš poput mačka iz pjesme razmišljali i o svojem tajnom imenu. Nemojte im otkriti svoje tajno ime, ali im recite što biste htjeli da ono govori o vama. Razgovarajte s djecom o tome što sve tajno ime može govoriti o nama.
4. Potaknite djecu da smisle jedno maštovito i jedno tajno ime za sebe, a zatim razgovarajte o tome što bi oni htjeli da njihovo tajno ime govori o njima. Zamolite ih da vam kažu svoja maštovita imena, ali ne moraju reći i svoja tajna imena.
5. Zamolite djecu da prikažu crtežom svoje pravo i svoje maštovito ime i napravite izložbu crteža.



Podijelite djeci radne listiće *Maštovito ime za mačka* i zamolite ih da zajedno s roditeljima pročitaju pjesmu na listiću i da pitaju roditelje koje bi oni maštovito ime željeli imati i zašto baš to.



MAŠTOVITO IME ZA MAČKA

Pročitajte s djetetom ovu pjesmu, a nakon toga podijelite s djetetom koje biste maštovito ime vi htjeli imati i zašto vam se baš to ime sviđa. Ako želi, dijete vam može reći koje je maštovito ime u školi smislilo za sebe.

Kako okrstiti mačka

Okrstiti mačka nije baš lako
 I nije to igra za dokoni dan
 Pomislit ćeš da sam lud i te kako
 Kad kažem TRI IMENA mačku su san;
 Prvo je ime što znade ga svatko,
 Kao: Mia, Maza, Muco il' Mako
 I takva razna imena javna,
 Imena pametna – no ne i slavna.
 I bolje ime možeš mu dati,
 Pa ga Livingstone ili Džingiskan zvati
 Al' sve su to imena – nova il davna,
 Lijepa i pametna – no ne i slavna.
 A mačak traži posebno ime
 Dostojanstva puno – da se ponosi njime,
 Čudno ime – evo ih par:
 Bombalurina, Kvakso, Mesokvar
 Takvo ime mačak treba,
 Kad ponosno rep svoj diže put neba,
 Zaliske češlja, bavi se svim
 I tiho se ponosi imenom tim.
 No iznad i ispod imena tih treba
 Ime još jedno koje mačak vrebja.
 Tajnu tog imena nikad nećeš znati
 MAČAK JE ZNA – al neće je odati
 Kad je zanesen – mišlju ponesen,
 Kad priklanja glavu svoju snenu,
 Tad misli i misli i misli i misli
 O svom nezamislivom
 Zamislivsmislivom
 Tajnom i dubokom – vječnom imenu.

(T. S. Eliot, prepjev R. Maček)



Cjelina 2. Otkrivanje svojih pozitivnih strana za veće samopoštovanje

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- navesti svoje jake strane
- opisati svoje jedinstvene kvalitete
- prepoznati koje njihove kvalitete cijene njihovi vršnjaci.

Aktivnost 1. Kovčeg

Cilj učenja

Uvidjeti svoje jake strane.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

navesti svoje jake strane.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Radni listić *Kovčeg*, kutija



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci priču *Snalažljivi Sherlock*:

Snalažljivi Sherlock

Vjeverac Sherlock je u akciji. Marljivo skuplja lješnjake i druge stvari za svoje gnijezdo. Želi se pobrinuti da svega bude dovoljno za nadolazeću zimu. Dok tako skače s grane na granu, odjednom ugleda velikog orla kako leti iznad njega. Jako se uplašio i pita se što da radi. Sakrio se pod jednu granu i razmišlja. Zna da se treba brzo pokrenuti ako želi pobjeći orlu. Ne smije pasti na zemlju jer će onda postati lak plijen za orla. Sjetio se majčina savjeta: „Usredotoči se na ono u čemu si najbolji. Tako ćeš početi vjerovati da je gotovo sve moguće. Zamisli da imaš kovčeg pun onoga što znaš da možeš i u čemu si dobar.“ Sherlock počinje razmišljati o tome što ima u svojem kovčegu. Govori si: „Brz sam, mogu skakati s grane na granu, mogu se sakriti pod grane, mogu letjeti između stabala zahvaljujući svojem repu, imam obitelj koju volim, brzo

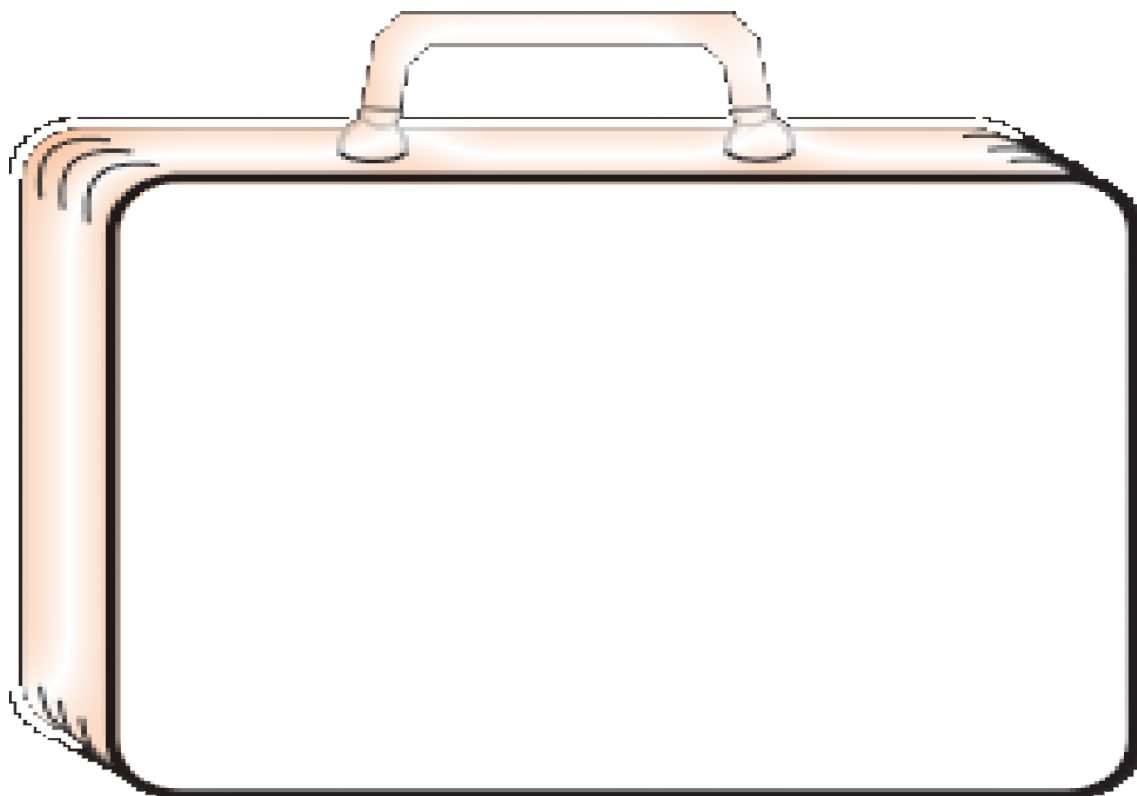
učim, dobar sam i vrijedan.“ Zahvaljujući svim tim mislima Sherlock se osjeća dobro i snažno. Poletio je s jedne grane na drugu i za tren oka stigao je u svoje gnijezdo, a orao je odletio dalje, u potragu za nekom drugom hranom.

3. Ponajprije razgovarajte s djecom o priči postavljajući im sljedeća pitanja:
 - Kako se Sherlock nosio sa svojim osjećajima kad ga je uhvatio strah?
 - Tko ga je to naučio?
4. Potom povežite priču s vlastitim iskustvima djece pitajući ih:
 - Koje vama vještine pomažu u teškim situacijama? Kako vam pomažu?
 - Postoje li neke vještine koje biste još voljeli naučiti?
5. Na ploču nacrtajte kovčeg i ispričajte djeci o svojim jakim stranama i onome u čemu ste dobri. Zapišite ih unutar kovčega.
6. Podijelite djeci radne listiće *Kovčeg* i zamolite ih da unutar slike kovčega napišu sve svoje jake strane i vještine koje im padnu na pamet. Na pola vježbe potaknite djecu da vam navedu neke primjere onoga što su do sada „spremili“ u svoj kovčeg. Tako ćete djeci koja nemaju ideja pomoći da se sjete što bi mogli napisati. Neka djeca nastave sve dok ne dovrše s idejama, a zatim neka ubace svoje listiće u kutiju.
7. Na kraju nasumce izvucite iz kutije nekoliko listića i pročitajte što je „spremljeno“ u tim kovčezima (bez pogađanja čiji bi kovčeg to mogao biti). Naglasite kako svatko od nas ima neke jake strane koje mogu pomoći kad imamo nekakvu poteškoću. Vratite listiće u kutiju, a djeca neka potraže svoj listić i uzmu ga (za aktivnost kod kuće).



Neka svako dijete svoj radni listić *Kovčeg* ponese kući i zamoli roditelje da dodaju još jednu ili dvije njihove jake strane u njihov kovčeg. Kada djeca donesu nadopunjeni listić u školu, razgovarajte o tome što su roditelji dodali i spremite listić u djetetov portfolio.

KOVČEG



Molimo vas da dodate još jednu ili dvije jake strane svojega djeteta za koje smatrate da bi se trebale nalaziti u kovčegu s njegovim ostalim jakim stranama i vještinama.



Aktivnost 2. Moje jedinstvene kvalitete

Cilj učenja

Odrediti svoje jedinstvene kvalitete.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati svoje jedinstvene kvalitete.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Radni listić *Kvalitete*, radni listić *Moje jedinstvene kvalitete*, pastele, olovke, radni listić *Jedinstvene kvalitete moje obitelji*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite djeci radni listić *Kvalitete* (ako želite na popis možete dodati još kvaliteta).
3. Kažite djeci koje kvalitete smatrate da vi posjedujete te zamolite svako dijete da vam navede jednu svoju kvalitetu s popisa.
4. Podijelite djeci radni listić *Moje jedinstvene kvalitete*. Zamolite ih da svatko od njih odabere najmanje pet kvaliteta za koje smatra da ga/ju najbolje opisuju te da ispiše te kvalitete na svom listiću. Također zamolite djecu da ukrase svoj radni listić.
5. Podijelite djecu u parove te ih zamolite da prouče kvalitete svojega para i usporede jesu li navodili iste, slične ili različite kvalitete. Recite im neka posebnu pažnju obrate na one kvalitete koje su različite. Zatim neka svako dijete odabere dvije takve kvalitete s popisa djeteta s kojim je u paru i pomoću njih opiše to dijete ostalima i kaže zašto su te kvalitete važne. Kada svi parovi dođu na red, zaključite aktivnost ističući kako svatko od nas ima neke svoje jedinstvene kvalitete koje su vrijedne.



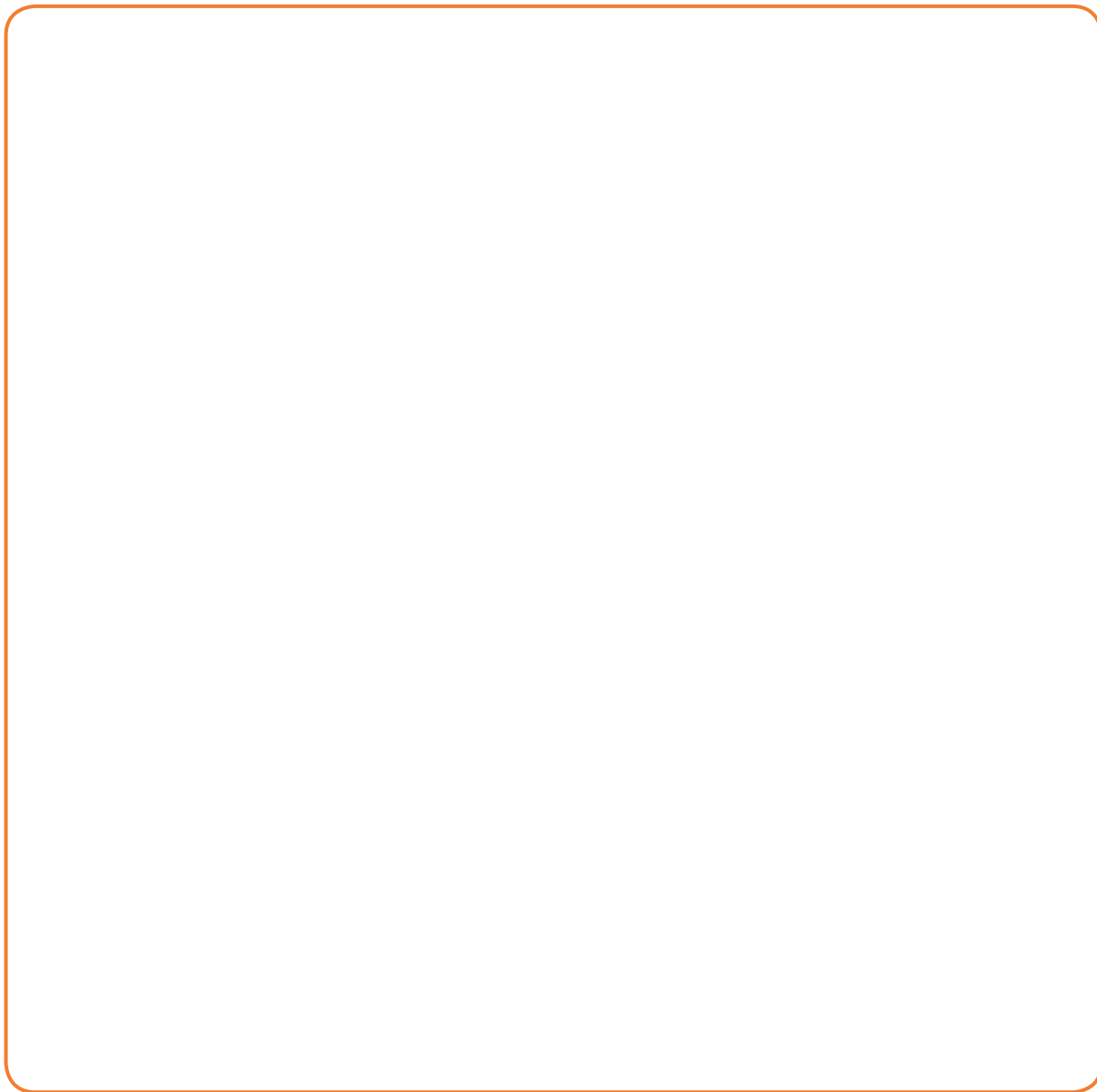
Podijelite djeci radni listić *Jedinstvene kvalitete moje obitelji* i zamolite ih da s roditeljima razgovaraju o kvalitetama svoje obitelji te da zajednički zapišu tri ili više kvaliteta svoje obitelji na listić. (To mogu biti kvalitete o kojima su raspravljali u sklopu ove aktivnosti, ali i neke druge.)

KVALITETE (primjeri)

topao	znatiželjan	asertivan
poslušan	predan	strastven
brižan	vedar	zadubljen
empatičan	predan	radostan
sretan	prirodan	tolerantan
dražestan	pаметan	opušten
obazriv	dosljedan	dopadljiv
ozbiljan	pošten	voljan
iskren	rado pomaže	sposoban
odvažan	zaigran	avanturistički
hrabar	umjetnički	impresivan
uporan	društven	živahan
neustrašiv	uredan	pedantan
pažljiv	vješt	kompetentan
lijen	odan	inteligentan
odlučan	stabilan	pouzdan
zreo	šarmantan	oprezan
otvoren	druželjubiv	nježan
veseo	siguran u sebe	nadaren
drag	ugodan	izravan



MOJE JEDINSTVENE KVALITETE





JEDINSTVENE KVALITETE MOJE OBITELJI

Molimo vas da sa svojim djetetom razgovarate o kvalitetama svoje obitelji te da na listić zajednički zapišete tri ili više kvaliteta svoje obitelji.



Aktivnost 3. Cvijet mojih kvaliteta

Cilj učenja

Saznati koje kvalitete prijatelji cijene na djeci.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati koje kvalitete moji vršnjaci cijene na meni.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Listovi papira, olovke, veliki plakat, bojice, flomasteri, pastele, radni listić *Cvijet mojih kvaliteta*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Razgovarajte s djecom o ljudskim osobinama. Zamolite ih da vam nabroje dobre osobine odnosno kvalitete koje ljudi mogu posjedovati, a vi ih zapišite na ploču. Možete dodati i neke kvalitete s popisa kvaliteta u sklopu prethodne aktivnosti tako da ih bude puno.
3. Podijelite djecu u skupine po šest (broj djece u skupini kao i broj latica na cvijetu možete prilagoditi ukupnom broju djece). Podijelite im prazne listove papira na koje će nacrtati cvijet s pet latica (ako u skupini ima šestoro djece) i u sredinu cvijeta napisati svoje ime. Zamolite ih da prosljede listić drugima u svojoj grupi tako da oni mogu napisati kvalitetu koju smatraju da on/ona (vlasnik cvijeta) posjeduje (djeca mogu odabrati samo kvalitete koje se nalaze na zajedničkom popisu na ploči). Na kraju bi svako dijete trebalo imati svoj cvijet na kojemu je ispisano pet kvaliteta.
4. Potaknite djecu na raspravu postavljajući im sljedeća pitanja:
 - Jeste li iznenađeni nečime što su vaši prijatelji napisali?
 - Jeste li i sami prepoznali neke od tih svojih kvaliteta?
 - Postoji li nešto što biste htjeli dodati na cvijet, a smatrate da bi to drugi mogli cijiniti?
5. Okupite djecu i na velikom plakatu zajedno izradite veliki cvijet u čiju sredinu napišite koji ste razred, a zatim u laticu napišite kvalitete svojega razreda (broj latica odredite nakon što se s djecom dogovorite oko kvaliteta kojima žele opisati svoj razred).

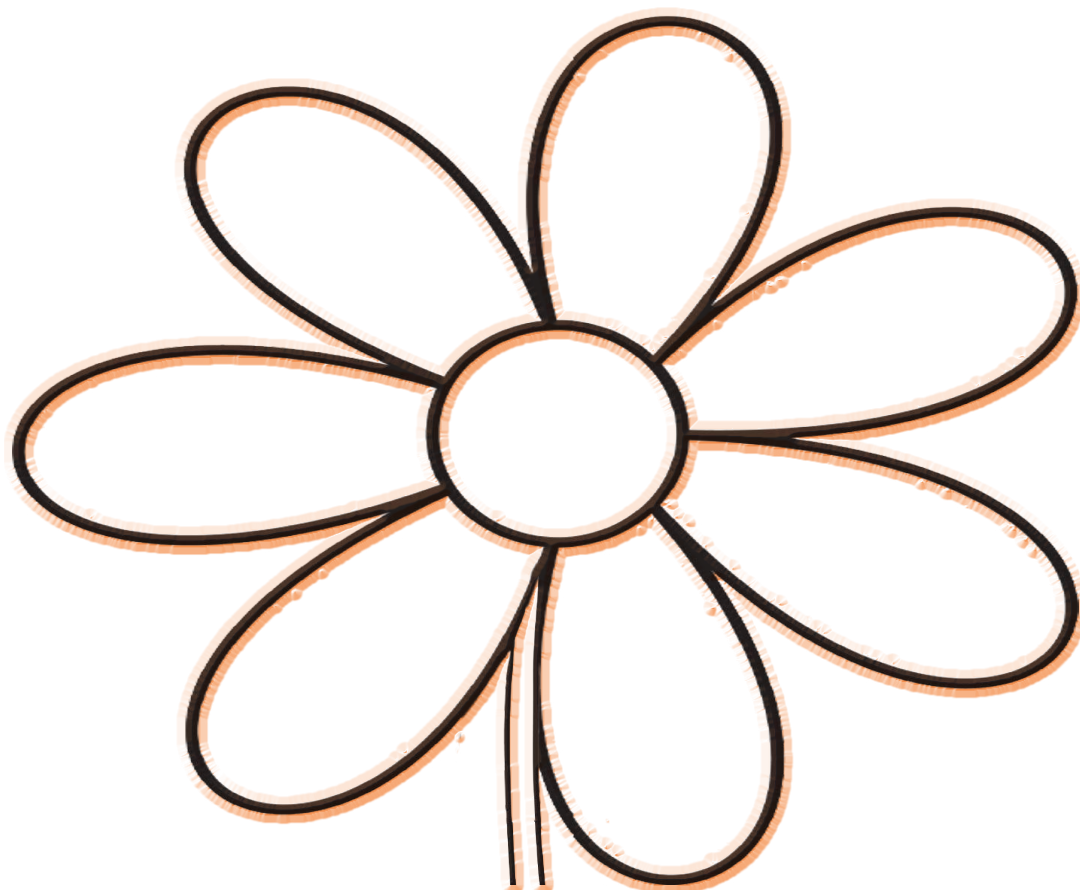


Podijelite djeci radne listiće *Cvijet mojih kvaliteta* i recite im da zamole roditelje da oni ispune taj cvijet ispisujući djetetove kvalitete. Neka djeca ispunjene listiće donesu u školu i, ukoliko žele, međusobno ih pokažu. Nakon toga spremite listiće u djetetov portfolio.



CVIJET MOJIH KVALITETA

Molimo vas da u ovaj predložak cvijeta u latice upišete neke dobre osobine i kvalitete svojega djeteta te da mu poklonite taj cvijet.



Cjelina 3. Shvaćanje da su naše snage dio onoga što smo bili, što jesmo i što možemo postati

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- prepoznati da ono što im se dogodilo može biti važno za ono što će postati
- opisati kako prošli i sadašnji događaji u njihovu životu mogu doprinijeti njihovoj budućnosti
- objasniti kako važne osobe u njihovu životu mogu utjecati na to što bi mogli postati.

Aktivnost 1. Stablo

Cilj učenja

Uvidjeti da ono što im se dogodilo može činiti dio onoga što će postati.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati da ono što mi se dogodilo može biti važno za ono što ću postati u budućnosti.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Radni listić *Moje stablo*, radni listić *Stablo moje obitelji*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Nacrtajte veliko stablo na ploču i recite djeci da to stablo može simbolizirati njihov život. Korijenje predstavlja prošlost odnosno sve ono što se dogodilo kada su oni bili mali i ljude koji su im tada bili važni. Deblo predstavlja sadašnjost: ono što se sada događa i ljude koji su im sada važni (napomenite djeci da to mogu biti i neke iste osobe koje su im bile važne i u prošlosti). Grane i krošnja predstavljaju budućnost: što žele da se dogodi i ljude koje žele da im budu važni. Kako bi djeci sve bilo jasno, uz svaki dio stabla navedite i neke primjere.
3. Ispričajte djeci jednu priču (realnu ili izmišljenu) o životu jednoga njihovog vršnjaka koji je morao napustiti svoj dom i svoju zemlju. Ispričajte im o njegovoj ili njezinoj prošlosti i sadašnjosti te što bi mogao/la željeti u budućnosti. Pitajte djecu što misle da bi taj njihov vršnjak mogao

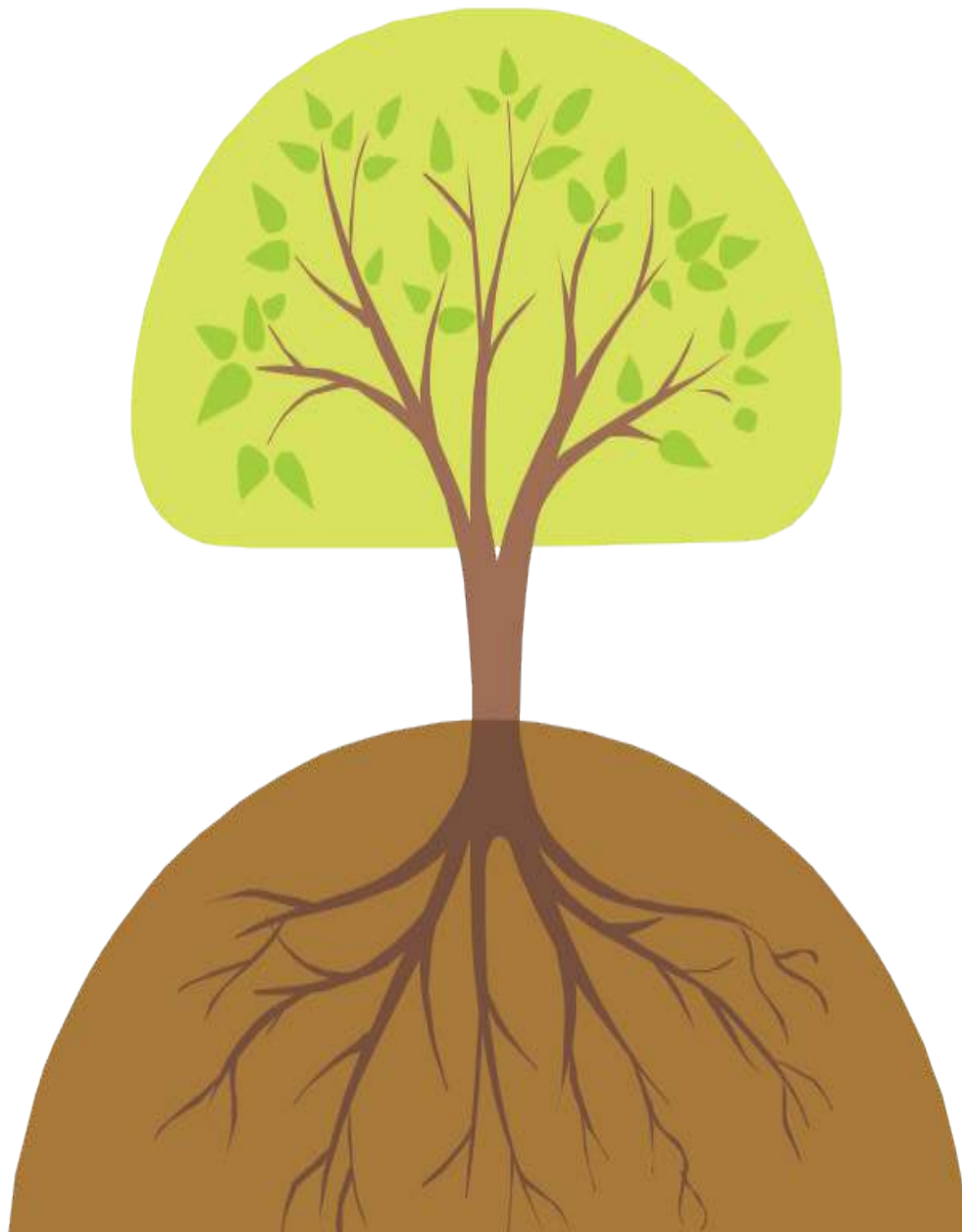
poduzeti u vezi s okolnostima u kojima se nalazi. Što bi mu/joj moglo pomoći? Osim toga, možete se fokusirati i na druge ljude koji su iz nekoga razloga ranjivi. Što njima pomaže?

4. Podijelite djeci radne listiće *Moje stablo*. Zamolite ih da pokraj korijenja, debla i krošnje ispišu nešto o sebi na način da pokraj korijenja upišu nešto što im je bilo važno u životu (događaji, ljudi i sl.), da pokraj debla upišu ono što im je trenutačno važno i što im se trenutačno događa, a da pokraj krošnje upišu što misle da ih čeka u budućnosti (bližoj ili daljnjoj). Potaknite ih da razmisle nalaze li se pred njima neki posebni izazovi u bližoj ili daljnjoj budućnosti (npr. vezani uz daljnje obrazovanje, uz nešto čime se bave u slobodno vrijeme, uz obitelj i sl.).
5. Podijelite ih u manje skupine u kojima će razgovarati o onome što su napisali, a kada završe s razmjenom ideja zaključite raspravu naglašavajući povezanost prošlih, sadašnjih i budućih događaja kao dijela životnoga vijeka.



Zamolite djecu da uz pomoć crteža stabla koje će roditelji nacrtati razgovaraju s roditeljima o svojoj obitelji, o obiteljskoj prošlosti, sadašnjosti i budućnosti. Osim toga, neka im roditelji prepričaju neku važniju životnu prekretnicu koja im se dogodila i koja je bila važna za njihovu budućnost.

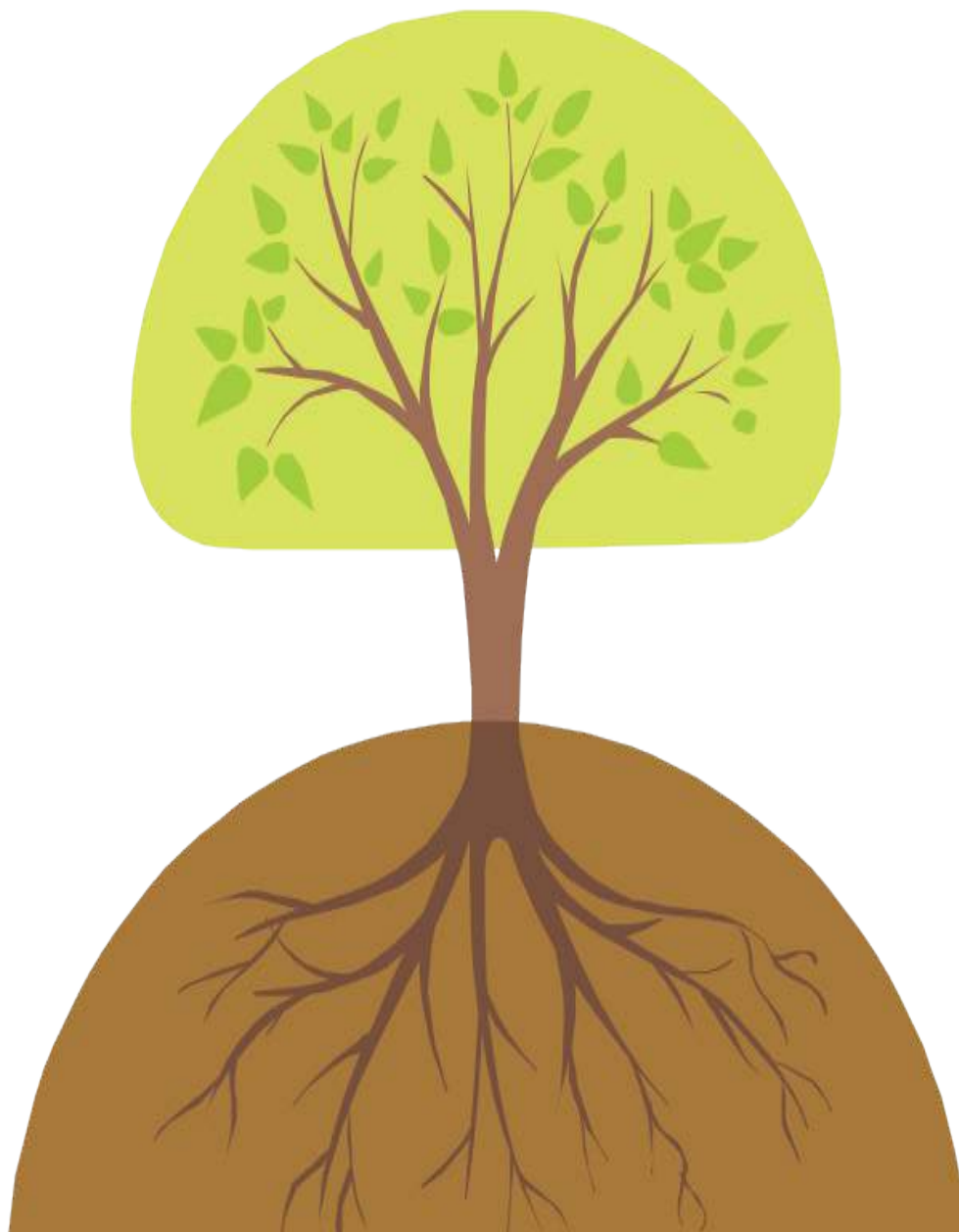
MOJE STABLO





STABLO MOJE OBITELJI

Molimo vas da zajedno s djetetom pokraj ovoga stabla upišete neke događaje važne za vašu obitelj na način da oko korijenja upišete nešto što vam je u prošlosti bilo važno (događaji, osobe i sl.), da pokraj debla upišete ono važno što vam se trenutno događa, a da pokraj krošnje upišete što mislite da vas čeka u budućnosti (bližoj ili daljnjoj). Također vas molimo da djetetu prepričate neku važniju životnu prekretnicu koja vam se dogodila i koja je bila važna za vašu budućnost.



Aktivnost 2. Vikinški kamen

Cilj učenja

Opisati doprinos prošlih i sadašnjih događaja budućem životu.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati kako ono što mi se dogodilo u prošlosti i ono što mi se događa sada može doprinijeti mojoj budućnosti.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Radni listić *Vikinški kamen*, olovke, bojice, flomasteri, pastele



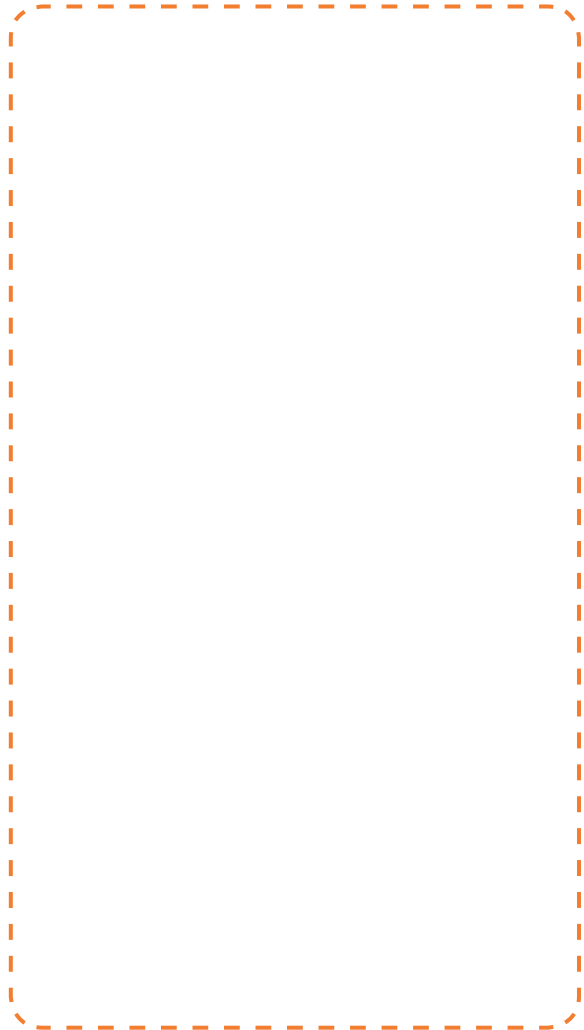
1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Na ploču nacrtajte vikinški kamen s runama i objasnite djeci da je to kamen na koji su Vikinzi ispisivali svoje životne priče. Ispričajte djeci o nekim važnim događajima iz svojega života. Zatim im recite da, za razliku od Vikinga koji nisu znali reći što bi htjeli da im budućnost donese, vi ćete to učiniti te dodajte zašto mislite da je to moguće učiniti. Na primjer, „Želim napisati knjigu zato što vjerujem da imam dobre ideje koje bih rado podijelila s drugima. Osim toga znam da dobro pišem jer sam to uočila još dok sam išla u srednju školu.“
3. Podijelite djecu u manje skupine, svakome djetetu dajte radni listić *Vikinški kamen* i recite im da je njihov zadatak da svatko na taj list nacrtaj svoj vikinški kamen s runama (po uzoru na vaš koji ste nacrtali na ploči) te da u njega upišu nešto što bi htjeli postići u budućnosti i da upišu je li to povezano s nečime iz njihova sadašnjega života ili s nečim što im se u prošlosti dogodilo i s čime. Ako procijenite da vaš primjer koji ste napisali na ploču djeci nije dovoljan, možete im pomoći navodeći još neki primjer (npr. ako dijete trenira odbojku, možda je njegov cilj u budućnosti biti izvrstan odbojkaš ili možda je neko dijete u prošlosti za rođendan dobilo gitaru i tada ga je to jako zainteresiralo i želi biti vrhunski gitarist). Svoj kamen djeca mogu i ukrasiti ako žele, a kada su gotovi neka u manjim skupinama jedan drugome pokažu svoje crteže.
4. Zamolite djecu-dobrovoljce da ostalima kažu svoje želje za budućnost i kako vide da je to povezano s nečime u sadašnjosti ili prošlosti, a vi naglasite povezanost očekivanja od budućnosti s trenutačnim i prošlim događajima. Neka djeca uzmu svoje radne listiće kući (za aktivnost kod kuće).



Neka djeca uzmu svoje listiće *Vikinški kamen*, pokažu ih roditeljima i s njima razgovaraju o tome što crtež prikazuje, a mogu zajedno s roditeljima dodati i još nešto što smatraju važnim za svoju budućnost. Kada djeca vrate crteže u školu, spremite ih u djetetov portfolio.

VIKINŠKI KAMEN

Ovdje nacrtaj i ispuni svoj vikinški kamen:



Pogledajte vikinški kamen (kamen na koji su Vikinzi ispisivali svoje životne priče) koji je nacrtalo vaše dijete, porazgovarajte s djetetom o tome što taj crtež prikazuje, a možete zajednički dodati i još nešto što smatrate važnim za djetetovu budućnost.



Aktivnost 3. Moja ekipa

Cilj učenja

Razumjeti da važni ljudi u životu čine dio onoga što bismo mogli postati.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

objasniti kako važne osobe u mojemu životu mogu utjecati na to što bih mogao/mogla postati.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Listovi papira, pastele i olovke, radni listić *Moja ekipa*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Nacrtajte osobu na ploču i recite djeci da ste to vi. Također im recite da ste vi to što jeste i zbog ljudi koji su utjecali na vas. Napišite neke od tih osoba na ploču pokraj svojega crteža i recite djeci da su sve te osobe za vas (bile) važne i da su one u vašoj *ekipi* (iznad popisa važnih ljudi napišite naslov *Moja ekipa*). Potkrijepite primjerom zašto su neki od tih ljudi (bili) važni za to kakvi ste danas (istaknite njihovu važnost za neke od vaših karakteristika i postupaka, za ono čime se bavite i sl.).
3. Podijelite djeci listove papira i potaknite ih da razmisle o osobama koje su na njih utjecale i koje su im važne u životu. Neka o tim osobama razmišljaju kao o svojoj *ekipi* te neka tu ekipu nacrtaju na prazan list papira, a pored svake osobe označe tko je. Recite im da, ako žele, mogu i dodati neke osobe koje bi htjeli imati u svojoj ekipi. Kada dovrše, neka međusobno razgledaju svoje crteže.
4. Zaključite aktivnost ističući važnost drugih ljudi u našim životima – neki ljudi su nam jako važni i mogu značajno utjecati na to kakav naš život jest i kakav će biti, dok neki drugi nisu.



Zamolite djecu da pokažu svoje *ekipe* roditeljima i da pitaju roditelje tko bi sve bio u njihovoj ekipi.



MOJA EKIPA

Razgovarajte s djetetom o tome koji su ljudi vama (bili) važni u životu i koji utječu (ili su utjecali) na to kakvi ste sada i kakvi biste mogli biti u budućnosti. Neka dijete nacрта vašu ekipu i pored svake osobe označi tko je.

Ovo je ekipa: _____

(ime osobe čija je to ekipa)



PODTEMA 2. Korištenje jakih strana u akademskome i društvenome okruženju

Pozitivan i realističan (kongruentan) pojam o sebi kod djece, pogotovo ako ga učitelji osnažuju, može utjecati na njihov akademski i društveni angažman. Prije gotovo pedeset godina Purkey (1970) je naglasio važnost pojma o sebi kao čimbenika školskoga uspjeha, kao i ulogu koju učitelji i škola imaju u jačanju pozitivnoga i kongruentnoga pojma o sebi kod djece. U središtu prvoga dijela ove pod teme jest kako iskoristiti svoje jake strane u teškim situacijama i pružiti utjehu sebi i drugima. U drugome se dijelu nastoji potaknuti društveni angažman i sudjelovanje. Društveno sudjelovanje i angažman pomažu u razvijanju osjećaja vrijednosti, pripadanja i privrženosti, što su ključni elementi za izgradnju otpornosti (Berkman, Glass, Brissette i Seeman, 2000). U zadnjemu dijelu naglasak je na poštovanju sebe i drugih, kojim se unaprjeđuje vlastiti akademski i društveni angažman.

CJELINA 1. KORIŠTENJE SNAGA ZA BOLJE DRUŠTVENO SUDJELOVANJE

- Ciljevi učenja**
- koristiti govor tijela koji je drugima ugodan
 - opažati kako različiti tonovi glasa utječu na ljude
 - biti dobar slušatelj pazeći na držanje tijela, ton glasa i postavljajući pitanja.

CJELINA 2. POTICANJE SOCIJALNIH VJEŠTINA I DRUŠTVENOGA SUDJELOVANJA

- Ciljevi učenja**
- saznati kako mogu biti bolji prijatelji
 - odrediti različite jake strane koje imaju u raznim okruženjima (kod kuće, u školi, u slobodno vrijeme, kao prijatelj)
 - odrediti svoje jake strane koje bi se mogle svidjeti drugima.

CJELINA 3. POSTAVLJANJE CILJEVA U AKADEMSKOME I DRUŠTVENOME OKRUŽENJU

- Ciljevi učenja**
- postaviti cilj vezan uz prijateljstvo
 - odrediti jake strane koje im pomažu u postavljanju i ostvarivanju ciljeva.
 - odrediti koje korake poduzeti da bi ostvarili ciljeve.
-

Savjeti za učitelje/učiteljice

1. Pokažite djeci što sve kod njih cijenite. Razgovarajte s njima o tome i po mogućnosti razgovarajte o onome što vole raditi.
2. Svakako razgovarajte o tome kako se djeca mogu nositi s tugom i neugodnim osjećajima na konstruktivan način. Ako smatrate prikladnim, dajte im primjere iz svojega života.
3. Budite im uzor, pružajte im konkretne pozitivne povratne informacije i uvijek dajte do znanja da primjećujete kada djeca jedni drugima pružaju pozitivne povratne informacije.
4. Svaki put kada primijetite prijateljsko ponašanje, dajte im to do znanja. Opet, usredotočite se na to kako se djeca ponašaju, a ne kakvi jesu.
5. Koristite svaku priliku kako biste skrenuli djeci pažnju na primjere kako se oni ili drugi (likovi u pričama) tješe.

Cjelina 1. Korištenje snaga za bolje društveno sudjelovanje

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- koristiti govor tijela koji je drugima ugodan
- opisati kako različiti tonovi glasa utječu na ljude
- biti dobar slušatelj pazeći na držanje tijela, ton glasa i postavljajući pitanja.

Aktivnost 1. Moj govor tijela

Cilj učenja

Koristiti govor tijela koji je drugima ugodan.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

koristiti govor tijela koji je drugima ugodan.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Pribor nije potreban



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Razgovarajte s djecom o nečem što znate da vole (npr. sport ili glazba). Pritom upotrijebite sramežljivi i izbjegavajući govor tijela, gledajte u pod, skrećite pogled, izbjegavajte gledati djecu u oči i slično.
3. Pitajte ih što misle o tome što ste im upravo ispričali. Možda nešto nisu razumjeli? Razgovarajte o govoru tijela, o tome što izražavamo svojim tijelom. Pitajte ih kako pomoću govora tijela možemo u ljudima prouzročiti različite osjećaje (strah, ljutnju, sramežljivost, neugodu itd.).
4. Potaknite djecu da vam kažu kakav bi govor tijela trebali koristiti pri upoznavanju s drugim osobama da bi se one osjećale ugodno (npr. kontakt očima, držanje tijela, obje noge na zemlji itd.). Osim toga, razgovarajte i o tome kako govor tijela može utjecati na njihova prijateljstva.
5. Zamolite djecu da u parovima razgovaraju o nekoj temi koristeći pri tome onaj govor tijela za koji ste zaključili da je ugodan drugim osobama. Ako želite, zadajte im situacije poput: pokušaj upoznati novog prijatelja, po prvi put upoznaješ nekoga u školi ili klubu.



Potaknite djecu da koriste govor tijela koji su vježbali u školi pri razgovoru s nekim izvan škole.

Aktivnost 2. Ton mojega glasa

Cilj učenja

Opažati kako različiti tonovi glasa utječu na ljude.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opažati kako različiti tonovi glasa utječu na ljude.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Radni listić *Ton mojega glasa*, 2 papira A4 formata (koje ćete umnožiti i izrezati za svako dijete) na kojima piše: sramežljiv, ljutit, tužan, nervozan, nametljiv, sretan, znatiželjan i komadići papira s rečenicama poput: *Oh, to si ti, Gdje si to dobio?, S kim si bio?* (također po jedan set za svako dijete). Svako dijete treba dobiti barem jednu rečenicu i jedan osjećaj ili raspoloženje.



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Razgovarajte s djecom o nečemu što vole (npr. glazba, sport) ljutim glasom, vičući tako da to zvuči neugodno. Zatim ih pitajte što su mislili dok ste im govorili. Vjerojatno će reći da se nisu ugodno osjećali dok su vas slušali, da su se osjećali nelagodno. Zatim razgovarajte s njima na sramežljiv i izbjegavajući način, pa opet razgovarajte s njima o tome. Koristite uplašeni, nervozan ton te potaknite djece da pogode koji ton glasa im nastojite pokazati.
3. Zamolite djecu da se podijele u skupine po troje te da svako dijete iz skupine kaže zadanu rečenicu onim tonom glasa koji je dobio na papiriću.
4. Okupite djecu i pitajte ih kakav ton glasa trebate koristiti ako želite da vas ljudi shvate ozbiljno i poslušaju što imate reći. Potaknite ih da vježbaju s vama.
5. Razgovarajte o držanju tijela i tonu glasa i pokažite kako to dvoje nadopunjuje. Razgovarajte i o domaćoj zadaći i o čemu djeca mogu pregovarati sa svojim roditeljima (npr. više vremena za računalo, kasniji polazak u krevet itd.).



Potaknite djecu da koriste ton glasa i držanje tijela koji će im pomoći u pregovorima oko nečega s roditeljima. Sljedeći sat svakako razgovarajte s djecom o aktivnosti kod kuće.

TON MOJEGA GLASA

Sramežljiv ljutit nervozan nametljiv sretan znatiželjan

sramežljiv ljutit nervozan nametljiv sretan znatiželjan

sramežljiv ljutit nervozan nametljiv sretan znatiželjan

sramežljiv ljutit nervozan nametljiv sretan znatiželjan

sramežljiv ljutit nervozan nametljiv sretan znatiželjan

sramežljiv ljutit nervozan nametljiv sretan znatiželjan



TON MOJEGA GLASA

Oh, to si ti.

Gdje si to nabavio?

S kim si bio?

Oh, to si ti.

Gdje si to nabavio?

S kim si bio?

Oh, to si ti.

Gdje si to nabavio?

S kim si bio?

Oh, to si ti.

Gdje si to nabavio?

S kim si bio?

Oh, to si ti.

Gdje si to nabavio?

S kim si bio?

Oh, to si ti.

Gdje si to nabavio?

S kim si bio?



Aktivnost 3. Biti dobar slušatelj

Cilj učenja

Biti dobar slušatelj pazeći na držanje tijela, ton glasa i postavljajući pitanja.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

slušati druge pazeći na držanje tijela, ton glasa i postavljajući pitanja.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Pribor nije potreban



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Ispričajte djeci o svojem prijatelju s kojim volite razgovarati i koji je dobar slušatelj. Pitajte ih imaju li oni prijatelje koji su dobri slušatelji. Prijatelj koji zna slušati puno vrijedi. To je prijatelj s kojim volimo razgovarati i kojem nam je ugodno povjeravati se. Koje vještine slušanja posjeduju takvi prijatelji? Napišite ih na ploču. Svakako spomenite njihovo držanje tijela i ton glasa te činjenicu da oni znaju koja pitanja treba postaviti ili saznati nešto na drugi način. Kakva pitanja djeca očekuju od tih prijatelja? Pomozite djeci tako što ćete navesti neka pitanja i rečenice koje dobri slušatelji koriste npr. *Tko?*, *Što?*, *Kada?*, *Ispričaj mi više o tome*, *Što bi ti htio/htjela raditi?* *Kako se osjećaš?*, *Kako bi se htio/htjela osjećati?*, *Što ti možeš učiniti?*...
3. Zamolite djecu da rade u paru. Jedno dijete treba govoriti o čemu razmišlja, dok drugo dijete treba primijeniti vještine slušanja. Nakon pet minuta djeca trebaju zamijeniti uloge.
4. Završite aktivnost rezimiranjem dojmova djece.



Potaknite djecu da vježbaju svoje vještine slušanja izvan škole. Sljedeći sat svakako razgovarajte s djecom o tome.

Cjelina 2. Poticanje društvenoga sudjelovanja

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- saznati kako mogu biti bolji prijatelji
- odrediti različite jake strane koje imaju u raznim okruženjima (kod kuće, u školi, u slobodno vrijeme, kao prijatelji)
- odrediti svoje jake strane koje bi se mogle svidjeti drugima.

Aktivnost 1. Prijateljstvo

Cilj učenja

Saznati kako mogu biti bolji prijatelji.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

saznati što mogu učiniti da bih bio/bila bolji/a prijatelj/ica.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Radni listić *Prijateljstvo*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Započnite razgovorom o prijateljima koje djeca imaju. Neki su školski prijatelji, neki su prijatelji zato što su im roditelji prijatelji ili zato što su u rodu. Osim toga, postoje i najbolji prijatelji. Svatko želi imati prijatelje jer se bez prijatelja možemo osjećati prilično usamljeni. Uvijek je moguće pronaći nove prijatelje i stjecati prijatelje tijekom cijeloga života. Ispričajte djeci o svojoj prijateljici koju ste nedavno upoznali na jednoj slobodnoj aktivnosti kojom se bavite. Kažite im da vaša prijateljica jako muca i zbog toga su joj se drugi često rugali i grubo se šalili na njezin račun. Kažite djeci koje njezine kvalitete cijenate i pitajte ih koje se kvalitete njihovih prijatelja njima sviđaju. Pitajte ih i imaju li prijatelje koji imaju nekih poteškoća. Koje kvalitete oni imaju? Napravite popis kvaliteta na ploči. Jesu li i oni sami imali nekih poteškoća ili se susretali s izazovima? Koje kvalitete pomažu u takvim situacijama? Navedite i njih ako se već ne nalaze na ploči.

3. Potaknite djecu da razmisle o kvalitetama koje posjeduju kao prijatelji. Dodajte da je uvijek moguće naučiti nešto novo što nas čini boljim prijateljima. Potaknite djecu da razmisle o dvije ili tri takve stvari koje bi voljeli naučiti. Na primjer, kako prihvaćati prijatelja iako se ne slažu s njegovim mišljenjem, opraštati, koristiti smisao za humor, otkrivati ono što nas povezuje itd. Koje bi jake strane djeca mogla razvijati? Ako poznaju nekoga tko ima problema ili ako sami imaju problema, kako se nositi s tim, koje jake strane razvijati? Dajte svakom djetetu radni listić *Prijateljstvo*. Zamolite ih da zapišu i ono što žele naučiti i jake strane koje mogu razvijati. Potaknite ih također da razmisle o tome tko im u tome može pomoći.
4. Potaknite djecu da razmisle o prvom koraku koji mogu poduzeti da bi navedeno naučili i ohrabrite ih da vježbaju.



Potaknite djecu da pokažu roditeljima svoj radni listić i da ih zamole za pomoć.

PRIJATELJSTVO



Što želim naučiti kako bih bio/bila bolji/a prijatelj /ica?

_____ mi može pomoći.

Moj bi prvi korak bio _____



Pogledajte što je vaše dijete zapisalo i pomozite mu/joj ako imate drugih prijedloga.



Aktivnost 2. Tko sam ja

Cilj učenja

Odrediti različite jake strane koje imaju u raznim okruženjima (kod kuće, u školi, u slobodno vrijeme, kao prijatelji).

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

odrediti svoje jake strane u različitim okruženjima (kod kuće, u školi, u slobodno vrijeme, kao prijatelj).

Razina

Srednja

Potreban pribor

Radni listić *Tko sam ja*, olovke ili pastele



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Razgovarajte s djecom o sebi i objasnite im da ste u raznim okruženjima različita osoba. Drugačiji ste kao učitelj, roditelj, prijatelj, partner ili u svoje slobodno vrijeme. Isto vrijedi i za djecu: potaknite ih da razmisle koja su njihova okruženja u kojima su oni različite osobe (npr. obitelj, škola, slobodno vrijeme, prijatelji).
3. Zamolite djecu da nacrtaju okruženja u kojima se kreću na radne listiće koje ste im podijelili. Uz svako okruženje trebaju zapisati i tri socijalne vještine koje posjeduju (npr. kod kuće: rado pomažem, dobar sam prema svojem bratu, slušam roditelje; u školi: pažljiv, rado pomažem, znatiželjan itd.). Objasnite da ista vještina može biti korisna u više okruženja.
4. Zamolite djecu koja žele da s ostalima podijele što su napisali.



Potaknite djecu da pokažu roditeljima što su radili u školi i da ih zamole da pročitaju njihov radni listić.

TKO SAM JA



Pogledajte radni listić svojega djeteta na kojem je on/a nacrtao/la svoja različita okruženja i uz njih napisao/la svoje tri socijalne vještine.

Pohvalite djetetove vještine te dodajte druge kvalitete koje mislite da dijete posjeduje u svakome od tih okruženja. Objasnite djetetu da ista vještina može biti korisna u više različitih okruženja.



Aktivnost 3. Tražim prijatelja

Cilj učenja

Određiti svoje jake strane koje bi se drugima mogle svidjeti.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati i opisati svoje jake strane.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Listovi papira



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pitajte djecu kako se predstavljaju kad se s nekim upoznaju. Potaknite ih da razmisle o svojim dobrim stranama koje bi se mogle drugima svidjeti, a koje bi mogli reći prilikom upoznavanja.
3. Podijelite djeci listove papira i zamolite ih da osmisle i napišu oglas za upoznavanje novih prijatelja u kojem bi naveli svoje dobre strane i interese (ukoliko procijenite da je potrebno, osmislite i navedite djeci primjer jednog takvog oglasa).
4. Označite oglase brojevima (tako da samo vi znate koje dijete je napisalo koji oglas).
5. Postavite oglase na zid i zamolite djecu da ih u tišini pročitaju i da zapišu na koji bi oglas odgovorili. Dodajte nekoliko oglasa koje ste sami napisali. Djeca mogu odgovoriti na koliko god oglasa žele.
6. Recite djeci: „Oni koji su htjeli odgovoriti na oglas 1, trebaju se javiti Ani“ i tako dalje. NAPOMENA: nemojte pokušavati saznati koja su djeca htjela odgovoriti na koji oglas kako biste izbjegli nadmetanje ili da se netko osjeća loše.



Potaknite djecu da pokažu svoj oglas ukućanima.

Cjelina 3. Postavljanje ciljeva u akademskome i društvenome okruženju

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- postaviti cilj vezan uz prijateljstvo
- odrediti jake strane koje im pomažu u postavljanju i ostvarivanju ciljeva
- odrediti koje korake poduzeti da bi ostvarili ciljeve.

Aktivnost 1. Što želim postići kao prijatelj

Cilj učenja

Postaviti cilj vezan uz prijateljstvo.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

postaviti cilj vezan uz prijateljstvo.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Radni listić *Postavljanje ciljeva*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Ispričajte djeci o jednome svojem prijatelju i svim njegovim vrlinama. Imaju li prijatelji s nogometa drugačije vrline od prijatelja iz škole? Koje sve vrste prijatelja postoje? Pitajte djecu što oni smatraju vrlinama kod (bilo kojeg) prijatelja. Napravite popis vrline na ploči. Razgovarajte s djecom o svojim vrlinama. Osim toga, objasnite im da nitko ne posjeduje sve vrline, no da je moguće steći više vrline nego što ih trenutačno posjedujemo. Navedite koje biste vrline htjeli posjedovati te što možete poduzeti kako biste ih stekli.
3. Zamolite djecu da u skupinama po troje jedan drugome pomognu odlučiti koje bi vrline kao prijatelji htjeli posjedovati. Također ih potaknite da izrade plan kako ostvariti taj cilj.
4. Zamolite djecu koja žele da podijele s ostalima svoje ciljeve.



Potaknite djecu da zamole svoje roditelje da im pomognu oko njihovih planova i da ispune radni listić *Postavljanje ciljeva*.

POSTAVLJANJE CILJEVA

Kao prijatelj/ica, htio/htjela bih _____

Te vještine mogu razvijati tako da _____



Razgovarajte s djetetom koje vještine može razvijati kako bi ostvario/la svoj cilj vezan uz prijateljstvo.



Aktivnost 2. Moje jake strane

Cilj učenja

Odrediti jake strane koje djeci pomažu u postavljanju i ostvarivanju ciljeva.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

odrediti svoje jake strane koje će mi pomoći da postavim i ostvarim ciljeve.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Olovke i radni listić *Moje jake strane*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Recite djeci o nekom svojem cilju koji želite ostvariti (npr. doći u dobru formu, naučiti nešto, posjetiti neko mjesto). Objasnite da je lako imati ciljeve, no da je njihovo ostvarivanje već malo teže. Pitajte ih koje im kvalitete mogu pomoći da ostvare svoje ciljeve. Navedite im nekoliko primjera za svoj slučaj: tvrdoglava sam, ne odustajem, marljiva sam, entuzijastična sam, radim popise što sve trebam obaviti. Ispišite na ploču popis kvaliteta ili jakih strana kojih se djeca dosjete.
3. Podijelite djecu u skupine po petoro i dajte svakom djetetu radni listić *Moje jake strane*. Zamolite ih da svatko u skupini kaže svakom djetetu koje su njegove/njezine jake strane koje mu/joj pomažu da ostvaruje ciljeve i da zapišu te jake strane na list papira na kojem je ime određenoga djeteta. Na kraju, svih petoro djece u skupini trebaju imati svoj popis jakih strana. Potaknite djecu da ukrase svoje popise.



Potaknite djecu da pokažu roditeljima svoj popis i da ih pitaju žele li i oni nešto dodati na njega. Osim toga, zamolite djecu da uz pomoć roditelja razmisle o svojim jakim stranama za koje znaju da su im u prošlosti pomogle da ostvare ciljeve.

MOJE JAKE STRANE

Ime: _____



Dodajte još nešto na popis svojega djeteta i potaknite ga/ju da razmisli o svojim jakim stranama za koje zna da su mu/joj u prošlosti pomogle.



Aktivnost 3. Moj cilj

Cilj učenja

Odrediti koje korake poduzeti da bi ostvarili ciljeve

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

odrediti koje korake trebam poduzeti da bih ostvario/la neki cilj.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Radni listić *Moj cilj*, prikaz triju prizora (vidi u Tijeku aktivnosti)



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Recite djeci da imate jednu veliku želju, želite naučiti ruski jezik. Objasnite da je dobro imati plan kako bismo mogli ostvariti ono što žarko želimo. Napišite na ploču ili prikažite projektorom ovaj tekst kako bi djeca mogla pratiti o čemu im govorite.

Vaš cilj je naučiti ruski jezik.

Tri prizora (npr. fotografije ili ilustracije) na kojima se vidi da ste postigli svoj cilj (ovo je način kako učiniti svoj cilj konkretnim):

- | | |
|----------|---|
| Prizor 1 | Čitam knjigu na ruskom jeziku |
| Prizor 2 | Razgovaram s čovjekom iz Rusije |
| Prizor 3 | Telefoniram nekome u Rusiji kako bih od njih nešto naručila |

3. Napišite što ćete učiniti u rubrike *sutra*, *sljedeći tjedan*, *sljedeći mjesec* npr:

Sutra ću se raspitati o tečajevima ruskoga jezika.

Sljedeći tjedan upisat ću se na tečaj.

Tijekom mjeseca započet ću s tečajem.

U narednih 6 mjeseci moći ću voditi jednostavan razgovor na ruskome, reći nekome kako se zovem, koliko imam godina i odakle sam.

Moje osobine i okolnosti koje mi mogu pomoći. Moje osobine: tvrdoglava sam, volim učiti nove stvari, ne odustajem. Okolnosti: obitelj me podržava, a isto tako i moje kolege.

Osobe kojim mi mogu pomoći: djeca mi pomažu s kućanskim poslovima tako da mogu učiti, suprug preuzima veći dio kućanskih poslova tako da ja imam više vremena, kolege (koji već govore ruski) pomažu mi u učenju i vježbanju.

4. Podijelite djeci radne listiće *Moj cilj* i potaknite djecu da odrede jedan svoj cilj (po mogućnosti vezan uz školu ili neki drugi) te da slijede navedene korake.
5. Zamolite djecu da podijele s vama svoj plan. Ako zapnu na nekom koraku, potaknite drugu djecu da im pomognu.



Potaknite djecu da roditeljima pokažu svoj cilj i da ih pitaju kako im oni mogu pomoći u ostvarivanju toga cilja.

MOJ CILJ**Moj cilj**

Sutra:

Sljedeći tjedan:

Sljedeći mjesec:

Moje osobine i okolnosti koje će mi pomoći da ostvarim svoj cilj:

Osobe koje mi mogu pomoći:



Pogledajte koji je cilj vašeg djeteta i razmislite kako mu/joj možete pomoći da ga ostvari.



Evaluacijski listić učitelja/ice

Ime i prezime djeteta: _____	0: Nije primijećeno /ne primjenjuje se 1: Usvaja
Datum popunjavanja: _____	2: Postignuto 3: Trajno uspostavljeno

Upute: Popunite listu za svako dijete kada završite **Temu 5. Izgradnja osobne snage**.

5. IZGRADNJA OSOBNE SNAGE	
5.1. POZITIVNO SAMOPOIMANJE I SAMOPOUZDANJE	Razina 0,1,2 ili 3
5.1.1. Poznavati sebe da bismo imali pozitivan pojam o sebi	
5.1.1.O ¹¹ . Dijete može prepoznati svoje pozitivne karakteristike.	
5.1.1.S. Dijete može navesti značenje ili druge važne podatke o svojem imenu.	
5.1.1.N. Dijete može osmisliti jedno maštovito i jedno tajno ime za sebe.	
5.1.2. Otkrivanje pozitivnih strana za veće samopoštovanje	
5.1.2.O. Dijete može navesti svoje jake strane.	
5.1.2.S. Dijete može opisati svoje jedinstvene kvalitete.	
5.1.2.N. Dijete može prepoznati koje kvalitete vršnjaci cijene na njima.	
5.1.3. Shvaćanje da su naše snage dio onoga što smo bili, što jesmo i što možemo postati	
5.1.3.O. Dijete može prepoznati da ono što mu/joj se dogodilo može biti važno za ono što će postati.	
5.1.3.S. Dijete može opisati kako događaji u njegovu/njezinu životu mogu doprinijeti njegovoj/njezinoj budućnosti.	
5.1.3.N. Dijete može objasniti kako važni ljudi u njegovu/njezinu životu mogu utjecati na ono što bi mogao/la postati.	

5.2. KORIŠTENJE JAKIH STRANA U AKADEMSKOME I DRUŠTVENOME OKRUŽENJU	
5.2.1. Korištenje snaga za bolje društveno sudjelovanje	
5.2.1.O. Dijete može koristiti govor tijela koji je drugima ugodan.	
5.2.1.S. Dijete može opažati kako različiti tonovi glasa utječu na ljude.	
5.2.1.N. Dijete može biti dobar slušatelj pazeći na držanje tijela, ton glasa i postavljajući pitanja.	
5.2.2. Poticanje socijalnih vještina i društvenoga sudjelovanja	
5.2.2.O. Dijete može saznati kako biti bolji/bolja prijatelj/ica.	

11 O = Osnovna razina, S = Srednja razina, N = Napredna razina

5.2.2.S. Dijete može odrediti različite jake strane koje ima u raznim okruženjima (kod kuće, u školi, u slobodno vrijeme, kao prijatelj).	
5.2.2.N. Dijete može odrediti svoje jake strane koje bi se mogle svidjeti drugima.	
5.2.3. Postavljanje ciljeva u akademskome i društvenome okruženju	
5.2.3.O. Dijete može postaviti cilj vezan uz prijateljstvo.	
5.2.3.S. Dijete može odrediti jake strane koje mu/joj pomažu u postavljanju i ostvarivanju ciljeva.	
5.2.3.N. Dijete može odrediti koje korake poduzeti da bi ostvario/la svoje ciljeve.	























































Djetetove jake strane:































Djetetove potrebe:

























Razvojni ciljevi:

Djetetova samoprocjena

Ime i prezime djeteta: _____	 Ne  Ponekad  Da
Datum popunjavanja: _____	
IZGRADNJA OSOBNE SNAGE – POZITIVNO SAMOPOIMANJE I SAMOPOUZDANJE	

Poznavati sebe kako bismo imali pozitivan pojam o sebi		
Označi lice koje te najbolje opisuje:	Mogu	Sviđa mi se
Mogu otkriti pozitivne stvari o sebi.	  	  
Mogu saznati značenje i druge važne podatke o svojem imenu.	  	  
Mogu osmisлити jedno maštovito i jedno tajno ime za sebe.	  	  
Otkrivanje svojih pozitivnih strana za veće samopoštovanje		
Mogu uvidjeti svoje jake strane.	  	  
Mogu odrediti svoje jedinstvene kvalitete.	  	  
Mogu saznati koje moje kvalitete moji prijatelji cijene.	  	  
Shvaćanje da su naše snage dio onoga što smo bili, što jesmo kao i onoga što možemo postati		
Mogu razumjeti da ono što mi se dogodilo može biti dio onoga što ću postati.	  	  
Mogu prepoznati da ono što mi se dogodilo može doprinijeti mojoj budućnosti.	  	  
Mogu prepoznati kako važni ljudi u mojem životu mogu utjecati na to tko ću postati.	  	  

IZGRADNJA OSOBNE SNAGE – KORIŠTENJE JAKIH STRANA U AKADEMSKOME I DRUŠTVENOME OKRUŽENJU		
Korištenje snaga za bolje društveno sudjelovanje		
Mogu koristiti govor tijela koji je drugima ugodan.	  	  
Mogu opažati kako različiti tonovi glasa utječu na ljude.	  	  
Mogu slušati druge pazeći na držanje tijela, ton glasa i postavljajući pitanja.	  	  
Poticanje društvenoga sudjelovanja		
Mogu saznati što mogu učiniti da bih bio/bila bolji/a prijatelj/ica.	  	  
Mogu odrediti svoje jake strane u različitim okruženjima (kod kuće, u školi, u slobodno vrijeme, kao prijatelj).	  	  

Mogu prepoznati i opisati svoje jake strane.	  	  
Postavljanje ciljeva u akademskome i društvenome okruženju		
Mogu postaviti cilj vezan uz prijateljstvo.	  	  
Mogu odrediti svoje jake strane koje će mi pomoći da postavim i ostvarim ciljeve.	  	  
Mogu odrediti koje korake trebam poduzeti da bih ostvario/la neki cilj.	  	  

Svidjelo mi se učiti o:

Htio/htjela bih poboljšati:

TEMA 6. Pretvaranje izazova u prilike

Važan temelj psihološkome sazrijevanju i osobnome rastu je znanje o tome kako se uspješno nositi s teškim životnim situacijama. Primjerice, osjećaj odbačenosti, gubitci i prijelazna životna razdoblja mogu biti vrlo stresni za djecu i dovesti ih u vrlo ranjivi položaj. Stoga je pomoć u suočavanju s takvim teškoćama presudna za zdrav razvoj djece i njihovu dobrobit. Reakcije djece na teškoće ovise o njihovu razvojnom stupnju i kulturološkome porijeklu, o reakciji odraslih kojima su okruženi i o vrsti teškoće s kojom su se suočili. Djeci najviše pomaže kada se o takvim situacijama i događajima razgovara na otvoren, autentičan i djeci primjeren način. Važno je da u takvim situacijama njima važne odrasle osobe daju do znanja da su uz njih i da će im uvijek pružiti podršku (NASP, 2003).

Suočavanje s teškoćama može djelovati na osjećaj osobnoga identiteta i djetetova samopoštovanja (Bredenkamp i Copple, 1997). Ipak, teškoće su prilika za djecu da uče i da se razvijaju na višestrukim razinama (Dockett i Perry, 2007). U tom pogledu, prilagodba promjeni može pomoći djeci da razviju otpornost.

Zato se šesta tema odnosi na pretvaranje izazova u prilike. Radi se o posebnim situacijama u kojima se dijete može naći. Važno je da učitelji prepoznaju situacije s kojima se djeca susreću u školi ili obitelji te da povećaju dječju osjetljivost i razumijevanje u tim situacijama. Tema obuhvaća dvije podteme: *Suočavanje s nedaćama i sukobima* te *Suočavanje s gubitkom i prihvaćanje promjena*.

Podtema 1. suočavanje s nedaćama i sukobima

CJELINA
1



CJELINA
2



CJELINA
3



Suočavanje s nepravdom

Suočavanje s teškoćama

Suočavanje sa sukobima

Podtema 2. suočavanje s gubitkom i prihvaćanje promjena

CJELINA
1



CJELINA
2



CJELINA
3



Suočavanje s
odbacivanjem

Suočavanje s gubitkom

Suočavanje s promjenama

PODTEMA 1. Suočavanje s nedaćama i sukobima

Podtema *Suočavanje s nedaćama i sukobima* temelji se na ideji da su hrabrost i ustrajnost svojstvene otpornome mišljenju te na ideji da je moguće svladati zapreke i očekivati pozitivne ishode (Scheier i Carver, 1992). Neka od obilježja mentalne izdržljivosti u teškim situacijama su ustrajnost, hrabrost unatoč nedaćama, bilo privremenima (npr. vršnjački sukob) bilo trajnima (invaliditet, bolest) te optimistični mentalni sklop unatoč zaprekama ili nepravednim situacijama. Na zdravlje i dobrobit djece posebno nepovoljno utječu različiti sukobi (na primjer, među članovima obitelji, vršnjacima). Na ublažavanje toga utjecaja znatno djeluje način na koji odrasle osobe postupaju u takvim situacijama (Pedro –Carroll, 2001). Stoga je pomoć djeci da se suoče s neugodnim osjećajima (kao što su ljutnja, strah, zbunjenost, tuga, krivnja, nemir) uzrokovanim različitim sukobima i nedaćama, ključna za izgradnju otpornosti djece koja su izložena takvim rizicima.

Osim toga, ključna kvaliteta za jačanje otpornosti kod djece jest sposobnost sagledavanja nevolja iz nove perspektive što se postiže razvijanjem pozitivnih stilova suočavanja (Newman, 2002). Da zaključimo, umjesto da budu usredotočena samo na negativne učinke nedaća, djeca mogu naučiti kako uvidjeti njihovu prednost, a to je prilika za razvoj pozitivnih osobina kao što su hrabrost i ustrajnost. Iskorištavanje te prilike može značajno utjecati na to da postanu otporna i da usvoje pozitivan pristup nevoljama i aktivan i optimističan pogled na život.

Školske aktivnosti mogu djeci pružiti dobre temelje za jačanje otpornosti u situacijama nad kojima imaju vrlo malo ili nimalo kontrole jer otkrivaju djeci kako se zaštititi od štetnih utjecaja takvih iskustava, kako ih sagledati iz drugoga kuta, kako se distancirati od njih i kako razmišljati pozitivno.

Ova je podtema podijeljena na tri dijela koji obuhvaćaju općenite korake za smjelo suočavanje s nedaćama i sukobima. U prvome dijelu djeca trebaju opisati i izraziti svoje osjećaje i misli vezane uz poteškoće s kojima su suočena. Zatim se traži od djece da sagledaju te poteškoće iz druge perspektive i da se distanciraju od njih. Konačno, trebaju odrediti koje aktivnosti mogu poduzeti da bi se nosila s izazovima prouzročenim tim poteškoćama.

CJELINA 1. SUOČAVANJE S NEPRAVDOM

- Ciljevi učenja**
- opisati i izraziti osjećaje i misli prilikom suočavanja s diskriminacijom i nepravdom
 - sagledati diskriminaciju i nepravdu iz drugoga kuta
 - izraditi plan djelovanja za suočavanje s diskriminacijom i nepravdom.

CJELINA 2. SUOČAVANJE S TEŠKOĆAMA

- Ciljevi učenja**
- opisati i izraziti misli i osjećaje kada su suočeni s teškoćama
 - sagledati teškoće iz drugoga kuta koristeći pozitivan samogovor
 - pripremiti plan djelovanja za uspješno suočavanje s teškoćama.

CJELINA 3. SUOČAVANJE SA SUKOBIMA

- Ciljevi učenja**
- razgovarati o sukobima iz perspektive promatrača
 - razlikovati uobičajene sukobe među djecom od nasilnoga ponašanja
 - opisati ulogu i odgovornost promatrača u situacijama vršnjačkoga nasilja.

Savjeti za učitelje/učiteljice

1. Na svakodnevnom primjerima pokazujte djeci da se svi suočavaju s nedaćama, teškoćama i sukobima te da je to dio života. Potičite djecu da u takvim situacijama izražavaju svoje osjećaje. Kada djeca to učine, zahvalite im na tome i pokažite razumijevanje za njihove osjećaje. Zatim ih pitajte što bi im pomoglo da se osjećaju bolje.
2. Djeca uče izražavati svoje osjećaje oponašajući odrasle osobe oko sebe. Zbog toga je važno da im vi budete uzor u izražavanju osjećaja.
3. Kada se djeca suoče s nedaćama i teškoćama u svakodnevnom životu (npr. u školi), pomozite im da sagledaju problem iz drugoga kuta, da se distanciraju od problema i da koriste pozitivan govor. Učite djecu da ako žele riješiti sukob, onda moraju naučiti slušati alternativna stajališta te pokušati pronaći rješenje nesuglasica bez upotrebe verbalnoga i fizičkoga nasilja. Nasilje može samo pogoršati sukob.
4. Pomozite djeci da izrade plan djelovanja svaki put kada se nađu u nekoj teškoj situaciji i potaknite ih da razmisle kako mogu biti ustrajni, optimistični i hrabri u konkretnoj situaciji.
5. Kada dođe do sukoba u razredu, pažljivo saslušajte dječju stranu priče tako da aktivno pokazujete empatiju i razumijevanje. Bez okrivljavanja djeteta, pomozite mu/joj da shvati svoju odgovornost u sukobu.

Cjelina 1. suočavanje s nepravdom

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- opisati i izraziti osjećaje i misli kada su suočeni s diskriminacijom i nepravdom
- sagledati diskriminaciju i nepravdu iz drugoga kuta
- izraditi plan djelovanja za suočavanje s diskriminacijom i nepravdom.

Aktivnost 1. Samanta: otporna djevojčica koja ima svoj san

Cilj učenja

Opisati i izraziti osjećaje i misli kada su suočeni s diskriminacijom i nepravdom.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

izraziti svoje misli i osjećaje vezane uz nepravdu i diskriminaciju koju sam doživio/doživjela.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Prazan papir, pasteles, bojice ili flomasteri, plakat, radni listić *Nepravda u školi*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču:

Samanta: otporna djevojčica koja ima svoj san

Samanta je devetogodišnjakinja koja je s roditeljima pobjegla iz zemlje u kojoj je vladao rat. Njezina je obitelj u stranoj zemlji smještena u prognaničko naselje i roditelji su imali puno problema koje je trebalo riješiti. Otac je želio naći posao, majka se trudila oko smještaja, prehrane i brige za Samantinu mlađu braću i sestre, a ona je čvrsto odlučila ponovno krenuti u školu i biti učenica. Stvarno je htjela naučiti govoriti, čitati i pisati na novom jeziku.

U prognaničkom naselju organizirana je mala škola u kojoj su djeca raznih dobi učila novi jezik, crtala i ponekad se igrala. Ipak, Samanti nije bilo lako. Na nastavi je učila čudne, nove riječi, slova su također bila drukčija nego u njevoj zemlji, a poslije nastave morala je pomagati roditeljima u kućanskim poslovima i brizi za braću i sestre. U prognaničkom naselju je uvijek bilo vrlo bučno

i nije imala svoje mjesto za učenje i odmor. Na kraju dana bila je iscrpljena, a još ju je čekala domaća zadaća. No Samanta je ustrajala zato što je školovanje bio njezin san i to joj je davalo snage da nastavi.

Kada je otac pronašao posao, obitelj je preselila u novi grad i Samanta je krenula u školu. Bila je jako sretna jer je netko iz njezine obitelji imao mogućnost naučiti govoriti, čitati i pisati na novom jeziku. Sanjala je o tome da postane učiteljica i da pomogne svoj djeci koja dolaze iz drugih zemalja da se školuju. No, ni u školi Samanti nije bilo lako. Od prvoga dana većina djece rugala joj se jer je bila tamnije kože i govorila drugačijim naglaskom. Također su se rugali i njezinoj odjeći jer nije bila odjevena kao ostala djeca. Neki su joj govorili da je glupa jer nije znala sve što oni znaju.

Zbog svega toga Samanta je bila jako tužna. Često je govorila da to nije nimalo fer. Ipak, nastavila je ići u školu svaki dan, a snage joj je davala učiteljica koja ju je jako voljela i svaki dan je pokušavala naučiti nešto novo.

Učiteljica joj je pomagala pa su joj s vremenom druga djeca prestala govoriti ružne stvari i prihvatila je. Kad bi se Samanta vratila kući, opisivala bi svojim ukućanima teškoće koje je doživljavala u školi. Svi su u obitelji bili zadivljeni njezinom odlučnošću da ide u školu i da nauči govoriti, čitati i pisati na novom jeziku. Stalno su joj govorili: „Ne zaboravi da si ti posebna i da postoji mnogo važnih stvari koje možeš postići.“ Te su riječi pomogle Samanti da ostane jaka unatoč svakodnevnim problemima u školi. S vremenom su je djeca iz razreda sve manje zadirkivala i prestala joj govoriti ružne riječi. Učiteljica joj je pomogla da nauči čitati i do kraja školske godine Samanta je postala dobra čitačica. Jednoga je dana počela čitati bajke i priče svojoj braći i sestrama. Oni su bili oduševljeni i Samanta je bila jako sretna! Njezin san se ostvario!

3. Razgovarajte s djecom o priči tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - S kojim se teškoćama i problemima Samanta svakodnevno suočavala?
 - Kako se ona osjećala zbog tih teškoća?
 - Koji je bio Samantin san?
 - Što joj je pomoglo da se nastavi truditi? Tko joj je pomogao?
 - Je li se njezin san ostvario? Što joj je pomoglo da ostvari svoj san?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:
 - Zna li što znači riječ diskriminacija?
 - Poznajete li nekoga tko je u školi doživio nepravdu i diskriminaciju?
 - Kako se ta osoba zbog toga osjećala?
 - Kako je reagirala?
 - Je li razgovarala s nekim o tome?
 - Je li joj netko pomogao u suočavanju s tom poteškoćom?
 - Je li poduzela nešto kako bi se osjećala bolje ili kako bi promijenila tu situaciju? Ako da, kako se osjećala nakon toga?
 - Što bi toj osobi moglo pomoći da se i u budućnosti uspješno nosi s takvim situacijama?
5. Zamolite djecu da na prazan list papira nacrtaju neku nepravdu koju su doživjeli u školi. Ako je nisu doživjeli, onda mogu nacrtati nepravdu ili diskriminaciju koju je doživjelo neko drugo dijete. Razgovarajte o crtežima i o tome što djeca misle i kako se osjećaju u vezi s time. Izložite crteže u *Kutu otpornosti* ili na panou. Istaknite da se nepravedne stvari događaju svakome djetetu te da su neugodne osjećaje posljedica takvih situacija. U redu je osjećati se loše, no uvijek postoji nešto što djeca mogu poduzeti kako bi se osjećala snažnije i kako bi se uspješno nosila s takvim neugodnim situacijama.

6. Na kraju aktivnosti potaknite djecu da osmisle ohrabrujuću poruku koju bi uputili Samanti kako bi je ohrabрили. Poruke mogu zapisati na veliki plakat koji također možete staviti u *Kut otpornosti*.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i potaknite ih da ispričaju roditeljima čime su se bavili u školi te da pitaju roditelje jesu li oni ikada doživjeli nepravdu ili diskriminaciju u školi i kako su se tada osjećali.



NEPRAVDA U ŠKOLI

Stvorite ugodnu atmosferu za razgovor i potaknite dijete da vam kaže o nepravdi ili diskriminaciji koju je možda doživio/doživjela u školi. Pomozite djetetu da izrazi svoje neugodne osjećaje povezane s tom situacijom. Ispričajte mu nešto o tome koje su se nepravde događale vama ili nekom vašem prijatelju tijekom školovanja i kako ste se tada vi ili vaš prijatelj osjećali.



Aktivnost 2. Hrabri dječak

Cilj učenja

Sagledati diskriminaciju i nepravdu iz drugoga kuta.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati kako je nekome tko doživljava diskriminaciju i nepravdu.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Isječak iz dnevne vijesti na Svjetski dan Roma sa <http://romskiportal.com/malisan-place-i-od-straha-ne-zeli-vise-u-skolu/>, fotografija dječaka Enisa (preuzeta s Interneta), papir većega formata za svaku skupinu, radni listić za roditelje *Hrabri dječak Enis*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Prepričajte djeci razgovor novinara s dječakom Enisom kojeg možete pogledati na linku <http://romskiportal.com/malisan-place-i-od-straha-ne-zeli-vise-u-skolu/> (prema vlastitoj procjeni možete im i prikazati taj razgovor) i pitajte ih jesu već vidjela tu vijest. Ako to nije moguće, pokažite im fotografiju uplakanog dječaka i prepričajte sadržaj intervjua.

Recite im:

Neka djeca uvrede trpe svakodnevno, pa i u školi. Na Svjetski dan Roma 10. 12. 2015. gledala sam reportažu o dječaku Enisu.

Iako odličan učenik, Enis Omerović više ne voli ići u školu. "Oni su prema nama, oni su prema nama jako bezobrazni...", kroz suze je ispričao reporterki maleni Enis.

Novi prijatelji iz razreda - kako ih on naziva nimalo ga ne poštuju. "Kad dođemo pored njih odmah nas tjeraju, kažu nam da smo glupi cigani i svakakve proste riječi", dodao je Enis.

Enisova majka je rekla: "Tu živimo, dvije obitelji u ovom kontejneru, znači da nam nije lako, bez kupaone bez vode, struju nam skoro svaki dan dođu režu, pa mi to opet napravimo nekako, ako nemamo struje nemamo gdje djecu oprati, skuhati ni ništa". "Ja bih rekao da ne budu takvi prema meni, jer mi smo ipak svi skupa ljudi kao i oni", poručio je Enis.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Kako se osjećate nakon što ste saznali što se Enisu događa u školi?
 - Koje su glavne poteškoće u njegovu životu?

- Koju nepravdu je morao trpjeti?
 - Što mislite kako se Enis svaki dan osjeća?
 - Kako to da on i dalje ide u školu? Je li on hrabar?
4. Potom potaknite djecu da se probaju staviti u Enisov položaj i njegovih vršnjaka pitajući ih sljedeće:
- Kako biste se vi osjećali da vam se događa nešto slično?
 - Što biste učinili da ste na Enisovom mjestu?
 - Što biste učinili da idete u Enisovu školu ili s njime u razred?
5. Podijelite djecu u skupine od četiri člana i svakoj skupini dajte jedan od zadataka. Nekoliko skupina piše pismo ohrabrenja dječaku Enisu, a zadatak je drugih skupina napisati pismo Enisovim vršnjacima u školi. Skupine koje pišu pismo ohrabrenja Enisu potaknite da se probaju staviti u njegov položaj i pokazati razumijevanje za to kako se on osjeća. Potaknite ih da mu pišu o tome koje su snage u njemu prepoznali i svakako ga porukom ili crtežom ohrabre za suočavanje s nepravdom i napredovanje u školi. Skupine koje pišu pismo Enisovim vršnjacima potaknite da Enisovim vršnjacima objasne kako je dječaku te da ih savjetuju što mogu učiniti da isprave nepravdu. Potaknite djecu da se usredotoče na pozitivno mišljenje i na sposobnost djece da promijene svoje ponašanje i pokažu vrline koje imaju.
6. Potaknite svaku skupinu da na satu pročita svoje pismo i/ili pokaže svoje crteže.



Potaknite djecu da zajedno s roditeljima pogledaju vijest na stranici <http://romskiportal.com/malisan-place-i-od-straha-ne-zeli-vise-u-skolu/> ili ispričaju roditeljima ono što su od vas saznali. Podijelite im radne listiće za roditelje i predložite djeci da s roditeljima razgovaraju o tome kako bi oni kao roditelji postupili kada bi znali da je njihovo dijete nepravedno prema nekom djetetu. Recite im da zamole roditelje da napišu kratko pismo roditeljima Enisovih vršnjaka iz škole u kojem će im savjetovati kako da potaknu svoju djecu da budu pravedna. Na idućem satu djeca mogu pročitati što su njihovi roditelji savjetovali roditeljima djece iz Enisova razreda.



HRABRI DJEČAK ENIS

Pogledajte s djetetom videovijest o dječaku Enisu na <http://romskiportal.com/malisan-place-i-od-straha-ne-zeli-vise-u-skolu/> ili ga pitajte što zna o dječaku Enisu. Razgovarajte s djetetom o snazi Enisove ustrajnosti, optimizma i hrabrosti unatoč nepravdi koju doživljava. Također razgovarajte i o tome što biste vi kao roditelj poručili roditeljima djece koja su nepravedna prema Enisu. Na ovome listiću napišite im kratko pismo o tome što bi oni mogli napraviti da njihova djeca prihvate Enisa.





Aktivnost 3. Malala Yousafzai: najmlađa dobitnica Nobelove nagrade

Cilj učenja

Izraditi plan djelovanja za suočavanje s diskriminacijom i nepravdom.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

odrediti što mogu poduzeti kako bih se suočio/la s diskriminacijom i nepravdom.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Fotografija Malale Yousafzai (preuzeta s Interneta), karton, pastele, bojice ili flomasteri, radni listić
Što nas Malala može naučiti?



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pitajte djecu sjećaju li se priče o djevojčici Malali (koju ste im pročitali u sklopu Teme 4) te im pročitajte sljedeću priču kako biste ih podsjetili:

Malala Yousafzai

Početakom 2009. kada je imala 11 godina, Malala Yousafzai pod pseudonimom je pisala blog za BBC o životu pod vlašću talibana i njihovim pokušajima da preuzmu kontrolu nad dolinom Swat. U blogu se zalagala za obrazovanje djevojčica u svojoj dolini u Pakistanu.

Dana 9. listopada 2012., 15-godišnja Malala ušla je u školski autobus. Naoružani napadač pitao je koja od djevojčica je Malala, a zatim je uperio pištolj u nju i ispalio tri hitca. Danima nakon napada, Malala je bila bez svijesti, u kritičnome stanju. Nešto kasnije njezino se stanje dovoljno popravilo da ju pošalju u Englesku na intenzivni oporavak.

Malala Yousafzai najpoznatija je kao zagovornica ženskih prava i prava na obrazovanje u svojoj dolini Swat u sjeverozapadnome Pakistanu, gdje su lokalni talibani u to vrijeme zabranili djevojčicama da pohađaju školu.

Posebni izaslanik Ujedinjenih naroda za globalno obrazovanje, Gordon Brown pokrenuo je peticiju u Malalino ime zahtijevajući da do kraja 2015. godine sva djeca u Pakistanu budu upisana u školu, a to je pomoglo u nastanku prvog zakona u Pakistanu o pravu na obrazovanje. Godine 2013. Malala se pojavila na naslovnici časopisa *Time* kao jedna od „100 najutjecajnijih osoba na svijetu“.

U srpnju iste godine održala je govor u sjedištu Ujedinjenih naroda u kojem je zahtijevala pristup obrazovanju svugdje u svijetu. U veljači 2014. nominirana je za nagradu Djece svijeta u Švedskoj. U svibnju joj je dodijeljen počasni doktorat Sveučilišta King's Collage u Halifaxu.

Kasnije te godine Malala je proglašena jednom od dobitnica Nobelove nagrade za mir, zahvaljujući njezinoj borbi za pravo na obrazovanje svakog djeteta, a protiv ugnjetavanja djece i mladih ljudi. Sa 17 godina, Malala je postala najmlađa dobitnica Nobelove nagrade u povijesti.

3. Ponajprije razgovarajte s djecom o priči tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Koje su bile glavne poteškoće u Malalinu životu?
 - S kakvom se nepravdom Malala susrela?
 - Što mislite kako se osjećala kada su je napali?
 - Kakav je bio njezin plan djelovanja u vezi s diskriminacijom i nepravdom koju ona i druge djevojčice u Pakistanu doživljavaju?
 - Po čemu vidimo da je ona hrabra osoba?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:
 - Poznajete li nekoga tko je doživio nepravdu i diskriminaciju?
 - Što je ta osoba mislila o tome?
 - Je li razgovarala s nekim o tome?
 - Je li joj je netko pomogao u suočavanju s tom nepravdom?
 - Što bi toj osobi moglo pomoći da se suoči s nepravdom i diskriminacijom?
 - Što ta osoba treba poduzeti da izradi plan djelovanja u vezi s nepravdom ili diskriminacijom koju je doživjela?
5. Potaknite djecu da na komadić papira opišu neku nepravednu ili diskriminatornu situaciju koju su doživjeli oni sami ili njihovi prijatelji i neka to učine bez potpisa (anonimno). Stavite sve opise u jednu kutiju, a zatim nasumično odaberite nekoliko opisa koje ćete pročitati naglas. Razgovarajte o tome što možda misli ili kako se osjeća osoba koja doživljava diskriminaciju ili nepravdu, kako da razmišlja pozitivno i koji bi plan djelovanja mogla izraditi. Osim toga, razgovarajte i o tome što mogu učiniti prijatelji iz razreda, učitelji i ostali zaposlenici škole kako bi pomogli tim osobama.



Potaknite djecu da zajedno s roditeljima pronađu još informacija o Malalai Yousafzai (npr. da pročitaju ili pogledaju njezin govor koji je održala kada je primila Nobelovu nagradu) te da na radni listić *Što nas Malala može naučiti?* zapišu što se njih i njihove roditelje najviše dojmilo.



ŠTO NAS MALALA MOŽE NAUČITI?

Pomozite djetetu da pronađe informacije o Malali Yousafzai (npr. zajedno pročitajte ili pogledajte njezin govor koji je održala kada je primila Nobelovu nagradu). Potaknite razgovor o Malalinoj otpornosti i o tome što svi možemo od nje naučiti. Pomozite djetetu da zapiše na listić što ga/je se najviše dojmilo.



Cjelina 2. Suočavanje s teškoćama

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- opisati i izraziti misli i osjećaje kada su suočeni s teškoćama
- sagledati teškoće iz drugoga kuta koristeći pozitivan samogovor
- pripremiti plan djelovanja za uspješno suočavanje s teškoćama.

Aktivnost 1. Što ću sada?

Cilj učenja

Opisati i podijeliti misli i osjećaje kada su suočeni s poteškoćama.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

izraziti svoje misli i osjećaje kada sam suočen/a s poteškoćama.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Radni listić za djecu *Ohrabrujuće riječi* (za skupinu A, B i C), radni listić za roditelje *Teškoća koju pamtim*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču:

Što ću sada?

Grga je učenik 3. razreda. Iako je vrlo inteligentan, vrlo sporo čita, radi mnogo grešaka, mijenja slova i mnoge riječi ne može točno izgovoriti. I pisanje mu je jednako teško pa su mu diktati posebno teški. Ipak, najviše problema ima sa snalaženjem u prostoru i vremenu. Sve što je Grga radio trajalo je beskonačno dugo. I pisanje zadaće, i čitanje i pamćenje neke pjesmice ili nekog drugog sadržaja. Teška su bila njegova jutra kada bi trebao pisati zadaće, pospremiti knjige i bilježnice za školu, pripremiti sve i sam otići u školu. Nikako nije mogao odrediti vrijeme kada da se točno počne spremati. Koliko je to sat do početka škole, sat i pol? Hoće li stići ručati, spremati knjige, obući se i doći na vrijeme u školu?

Njegovo nazivanje mame u ured započelo je već negdje iza 10 sati i mama je gotovo svakih pola sata davala precizne upute što raditi, ali ni to često puta ne bi bilo dovoljno da Grga odredi

koliko mu vremena zapravo treba. Panika bi nastupila u vrijeme polaska koje se od 15 do 13 pretvaralo u 13 i 15 i sat kao da nikada nije pokazivao isto vrijeme na njegovoj ruci i u maminom uredu. Pospremanje knjiga i čitanje rasporeda u tim trenucima neposredno prije škole također je znalo biti pretežak zadatak, srijeda bi se uvijek nekom čarolijom pretvarala u četvrtak i umjesto prirode u torbi bi završila kajdanka ili udžbenik iz glazbenog. Zbog toga je u školi često imao problema i o sebi je imao jako loše mišljenje.

3. Razgovarajte s djecom o priči tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Koje su bile Grgine glavne poteškoće?
 - Kako se on osjećao zbog tih poteškoća?
 - Kako si je pokušavao pomoći?
 - Je li mu to pomoglo?
 - Što biste mu vi savjetovali da učini?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:
 - Jeste li se vi ikada suočili s nekom teškoćom?
 - Kako ste se tada osjećali i kako ste razmišljali?
 - Jeste li nešto poduzeli u vezi s tom situacijom?
 - Jeste li s razgovarali s nekim o tome?
 - Postoji li nešto što vam daje snagu da nadvladate te teškoće?
5. Podijelite djecu u tri skupine u kojima će raditi na radnom listiću. Prva skupina treba smisliti ohrabrujuće riječi koje roditelji vjerojatno upućuju Grgi. Druga skupina treba smisliti ohrabrujuće riječi koje je bi Grga mogao govoriti sam sebi, a treća skupina treba smisliti ohrabrujuće riječi Grgine učiteljice.
6. Na kraju ove aktivnosti istaknite da je povjeravanje osjećaja i misli nekome kome vjerujemo, dobar početak za suočavanje s neugodnim osjećajima uzrokovanim teškom situacijom u kojoj se nalazimo.



Potaknite djecu da povjere svoje misli i osjećaje roditeljima kada se nađu u nekoj teškoj situaciji. Podijelite im radne listiće za roditelje *Teškoća koju pamtim* i potaknite ih da zamole roditelje da im ispričaju o teškoćama koje su oni doživjeli u svojem životu i što im je pomoglo u uspješnom suočavanju s njima.

OHRABRUJUĆE RIJEČI
SKUPINA A

Zapišite ohrabrujuće riječi koje su roditelji mogli uputiti Grgi.




OHRABRUJUĆE RIJEČI
SKUPINA B

Zapišite ohrabrujuće riječi koje je Grga mogao reći sam sebi.

The worksheet contains six empty speech bubble shapes for writing. Three are positioned above the central illustration, and three are positioned below it. The central illustration shows a boy sitting on a bed, looking thoughtful with a hand on his chin. Above him is a thought bubble containing a checklist with a red 'A' and a checkmark.



OHRABRUJUĆE RIJEČI
SKUPINA C

Zapišite ohrabrujuće riječi koje je učiteljica mogla uputiti Grgi.






TEŠKOĆA KOJU PAMTIM

Djeca su na satu razgovarala o dječaku koji ima određene teškoće. Pitajte dijete o čemu su razgovarali na satu i čega se sjeća. Ispričajte djetetu o teškoćama koje ste sami doživjeli kao i o tome što ste u toj situaciji mislili i kako ste se osjećali. Dok razgovarate s djetetom, pokušajte spomenuti neke od strategija koje su vam pomogle da se nosite s tim poteškoćama. Pomozite djetetu da to zapiše na ovaj listić.



Aktivnost 2. Grga može i bolje

Cilj učenja

Sagledati poteškoće iz drugoga kuta koristeći pozitivan samogovor.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

upotrijebiti pozitivan samogovor kada se nađem u teškoj situaciji.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Kartice za pisanje, radni listić za djecu *Tri važne riječi*, radni listić za roditelje *Tri važne riječi*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču *Što ću sada?* iz prethodne aktivnosti ili je ponovno pročitajte.
3. Podijelite djecu u nekoliko skupina i predložite im da osmisle kraj priče, tako da osmisle načine na koje je Grga prevladao svoje teškoće. Kraj priče djeca mogu odglumiti, igrajući igru uloga.
4. Nakon što djeca odglume svoje priče, pitajte ih:
 - Koja vam se priča najviše sviđa? Zašto?
 - Kakav bi kraj priče za Grgu bio najpovoljniji? Zašto?
 - Je li moguće da Grga sam sebi pomogne? Kako?
 - Jeste li nekada sami sebi pomogli u prevladavanju teškoća s kojima ste se suočili?
 - Postoji li nešto što vam u takvim situacijama pomaže?
5. Predložite djeci da izrade svoju osobnu karticu. Na jednu stranu trebaju zapisati tri ili četiri stvari koje su im teške (npr. tablica množenja, pisanje diktata, riječi na stranome jeziku itd.). Zatim se trebaju dosjetiti nekoliko slogana koji ih mogu ohrabriti i osnažiti u situacijama kada su razočarani. Djeca trebaju zapisati te slogane na drugu stranu kartice. Oni mogu glasiti ovako: *Ja sam borac, Nikada neću odustati, Pronaći ću način da riješim svoj problem, Teško mi je, no nastaviti ću se truditi, Ja sam snažna osoba i znam se boriti* itd.
6. Objasnite djeci da kako bi se uspješno nosili s teškoćama, pri ruci uvijek trebaju imati UHO - **u**strajnost, **h**rabrost i **o**ptimizam. Dajte svakom djetetu radni listić *Tri važne riječi* i zamolite djecu da na radnim listićima zapišu čitavu riječ pokraj svakoga slova (UHO) te da ukrase riječi na maštovit način. Na kraju ih potaknite da u svojoj sobi pronađu neko mjesto na kojemu mogu čuvati te riječi, za slučajeve kada se nađu u teškoj situaciji.



Potaknite djecu da roditeljima pokažu svoje radne listiće i da im objasne što znači UHO. Neka zamole roditelje da im ispričaju o situacijama u kojima su ta tri elementa bila odlučujuća kada su se oni susreli s teškoćama (ustrajnost, optimizam i hrabrost). Recite djeci da ono što su im roditelji rekli zajedno s roditeljima zapišu na radni listić za roditelje *Tri važne riječi*.

TRI VAŽNE RIJEČI

U

H

O





TRI VAŽNE RIJEČI

Zamolite dijete da vam pokaže listić na kojem su radili danas u školi te da vam objasni što znači UHO. Razgovarajte s djetetom koliko su te tri riječi važne kada želimo svladati zapreke. Podijelite svoja iskustva o tome i objasnite djetetu kako su te tri stvari utjecale na vaš život i pomogle vam da svladate poteškoće. Pomozite mu da to zapiše na ovaj listić.

U

H

O



Aktivnost 3. Dolazak u školu: svakodnevni izazov

Cilj učenja

Pripremiti plan djelovanja za uspješno suočavanje s teškoćama.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati aktivnosti za uspješno suočavanje s poteškoćama i izazovima.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Fotografije preuzete sa stranice <http://blogs.reuters.com/photographers-blog/2013/11/25/risking-life-for-school-again/>, radni listići *Ustrajnost*, *Hrabrost* i *Optimizam* za svaku skupinu djece, radni listić za roditelje *Na putu do škole*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pokažite djeci fotografije s navedene mrežne stranice koje prikazuju djecu iz različitih zemalja koja se svakodnevno izlažu opasnostima da bi stigla u školu. Pitajte djecu što misle o fotografijama.
3. Podijelite djecu u tri skupine u kojima će zajedno ispuniti radni listić. Na svakome listiću je jedno od slova akronima UHO. Ako djeca žele, mogu za ovu aktivnost koristiti veliki komad kartona.

Djeca prve grupe, koja su dobila **U** za ustrajnost, imaju zadatak pokazati snagu ustrajnosti tako što će opisati događaje iz svojih života i svoja ustrajna ponašanja tijekom suočavanja s teškoćama.

Djeca druge grupe, koja su dobila **H** za hrabrost, imaju zadatak pokazati snagu hrabrosti tako što će opisati događaje iz svojih života i svoja hrabra ponašanja tijekom suočavanja s teškoćama.

Djeca treće grupe, koja su dobila **O** za optimizam, imaju zadatak pokazati snagu optimizma tako što će opisati događaje iz svojih života i svoje pozitivne misli tijekom suočavanja s teškoćama.

4. Završite aktivnost tako da od dječjih radova napravite izložbu i organizirate malo intervjuiranje autora radova.



Podijelite djeci radne listiće *Na putu do škole* i potaknite ih da s roditeljima posjete navedenu mrežnu stranicu. Predložite im da razgovaraju o fotografijama djece koja se izlažu opasnostima da bi stigla do škole. Osim toga, djeca mogu pitati svoje roditelje da im ispričaju o teškoćama s kojima su se oni suočavali dok su bili djeca na putu do škole i kako su se s njima nosili.

U STRAJNOST



H RABROST





OPTIMIZAM





NA PUTU DO ŠKOLE

Posjetite ovu mrežnu stranicu: <http://blogs.reuters.com/photographers-blog/2013/11/25/risking-life-for-school-again/>. Razgovarajte s djetetom s kakvim se teškoćama suočavaju djeca na fotografijama i kako se nose s njima. Usredotočite se na ono što možemo naučiti iz ponašanja te djece. Zatim razgovarajte gdje se u svakom slučaju vidi UHO (ustrajnost, hrabrost i optimizam). Ispričajte svojem djetetu o teškoćama s kojima ste se morali suočiti dok ste bili dijete na svom putu do škole i na koji ste se način nosili s njima. Upotrijebite radni listić da zapišete nekoliko primjera iz svojega života na kojima se vidi UHO.

U

H

O



Cjelina 3. Suočavanje sa sukobima

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- razgovarati o sukobima iz perspektive promatrača
- razlikovati uobičajene sukobe među djecom od nasilnoga ponašanja
- opisati ulogu i odgovornost promatrača u situacijama vršnjačkoga nasilja.

Aktivnost 1. Perspektiva promatrača sukoba

Cilj učenja

Razgovarati o sukobima iz perspektive promatrača.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

razgovarati o sukobu iz kuta promatrača.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Listovi papira za opisivanje vlastitoga iskustva, kutija za ubacivanje listića, radni listić *Kako to vidi promatrač?*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite djeci prazne listove papira i potaknite ih da svatko od njih na papiru (na koji se ne trebaju potpisati) opiše jedan sukob među djecom (u školi, na ulici, u obitelji). Mogu opisati sukob nekoga koga poznaju ili vlastiti sukob kojeg se dobro sjećaju zato što su time bili jako povrijeđeni. Zamolite djecu da opišu što se dogodilo prije, za vrijeme i nakon sukoba te da pišu o mislima i osjećajima koje je taj sukob prouzrokovao. Stavite sve opise u jednu kutiju.
3. Podijelite djecu u četiri do pet skupina i svakoj dodijelite jedan opis sukoba koji ste izvukli iz kutije. Recite im da zamisle kako sjede na brdu i promatraju što se događa. Neka jedno vrijeme u skupini razgovaraju o tome što vide, što misle kako se pojedini sudionik sukoba osjeća i što se na kraju dogodilo. Recite im da se na kraju razgovora dogovore kako će sukob koji su dobili za sagledavanje iz perspektive promatrača opisati drugoj djeci u razredu. Predložite im da izaberu hoće li sukob prezentirati kao da prenose sportsko natjecanje, kao da su djeca koja

vole ogovarati, kao novinar koji piše za školske novine, kao mudra sova koja sve to promatra s drveta, kao roditelji djece koja se sukobljavaju,... Neka sami izaberu koja vrsta promatrača će biti, podijele uloge i prirede kratku prezentaciju događaja na svoj način.

4. Zamolite svaku skupinu da prezentira svoju priču.
5. Iskoristite priliku da istaknete kako svaki sudionik sukoba snosi manju ili veću odgovornost za sukob. Zatim potaknite djecu da i kada su sami u sukobu „mogu sjesti na brdo“ i vidjeti kako su oni doprinjeli sukobu te da razmisle o tome što drugi put mogu učiniti drugačije kako bi sukob završio s dogovorom.



Podijelite djeci radne listiće *Kako to vidi promatrač?* i potaknite ih da razgovaraju s roditeljima i braćom i sestrama o tome koji su sukob napisali na svoj listić u školi. Recite djeci da zamole roditelje i članove obitelji da prvo „sjednu na brdo“ zamisle da gledaju sukob i komentiraju što vide, a nakon toga da razgovaraju o tome što je moglo biti drugačije i kako se tko mogao ponašati da sukob završi dogovorom.



KAKO TO VIDI PROMATRAČ?

Danas su u školi djeca razgovarala o sukobima koje pamte i u kojima su bili povrijeđeni oni ili njihovi prijatelji. Svako dijete na papirić je napisalo jedan sukob i stavilo ga u kutiju, a u razredu smo samo neke od tih sukoba analizirali. Pitajte dijete o sukobu koji je ono opisalo na svojem listiću. Dijete ima zadatak ispričati vam sukob, zamoliti vas da „sjednete na brdo“, zamislite da gledate sukob i da naglas komentirate što vidite. Nakon toga razgovarajte o tome što je moglo biti drugačije i kako se tko mogao ponašati da sukob završi dogovorom. Svoje prijedloge zabilježite na ovaj listić.



Aktivnost 2. Sukob ili nasilje

Cilj učenja

Razlikovati uobičajene sukobe među djecom od nasilnoga ponašanja.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati razlike između uobičajenih sukoba među djecom i nasilnoga ponašanja.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Listići s opisima sukoba koji su nastali tijekom prethodne aktivnosti, dva velika komada papira – jedan na kojem piše *Sukob*, drugi na kojem piše *Nasilje*, ljepilo, bojice ili flomasteri, četiri lista papira A4, kartice *Sukob i vršnjačko nasilje – razlike* s primjerima ponašanja koja predstavljaju ili sukob ili vršnjačko nasilje, radni listić *Sukob ili nasilje*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Otvorite kutiju s listićima u kojima su djeca opisivala svoje sukobe tijekom aktivnosti *Perspektiva promatrača sukoba*. Recite djeci da ćete danas pogledati dobro svaki listić i razgovarati o tome radi li se na listiću o uobičajenom sukobu među djecom ili se radi o nasilnom ponašanju nekoga od sudionika opisanoga događaja. Čitajte naglas svaki listić (nikako ne dopustite djeci da istražuju tko je to napisao) i pitajte djecu radi li se tu o uobičajenom dječjem sukobu ili o nasilju. Nakon što djeca rasprave o kojoj vrsti sukoba je riječ, zalijepite listić na plakat s odgovarajućim nazivom.
3. Nakon što ste sve listiće postavili na plakate pitajte djecu o tome koja su obilježja uobičajenoga dječjeg sukoba i to zapišite na plakat s listićima koji opisuju uobičajene sukobe. Zatim pitajte djecu koja su to ponašanja koja smatraju nasiljem i zapišite ta ponašanja na drugi plakat.
4. Iskoristite priliku i detaljnije djeci objasnite razliku između ova dva pojma.

Sukob je borba između dvoje ili više ljudi koji smatraju da su njihovi ciljevi ili želje neuskladivi. Sukobi su prirodna pojava u životu zato što je nemoguće da se uvijek slažemo s drugima oko stvari koje želimo, mislimo ili radimo. Tako sukobi uglavnom nastaju u trenutku kada relativno jednako snažne osobe gledaju na istu situaciju iz različitih kutova. U žaru trenutka osjećaji jedne ili više osoba mogu dovesti do sukoba. Svima su nam poznati sukobi u kojima ljudi kažu nešto da bi povrijedili drugu osobu, a kasnije požale zbog toga. Sukobljene strane žele da se problem riješi i zato se ljudi svađaju, jer pokušavaju ostvariti svoje želje. Kada se sukob riješi i kada su zadovoljene potrebe obiju strana, isti sukob između istih osoba najvjerojatnije se neće ponoviti.

Vršnjačko nasilje je ponašanje kojim netko namjerno i ničim izazvan nanosi štetu drugoj osobi. Osoba koja vrši nasilje (nasilnik) namjerno govori ili čini stvari kako bi povrijedila drugu osobu (žrtvu). Uvijek postoji nerazmjer moći (fizički ili društveni) ili snage između nasilnika i žrtve: nasilnik je obično fizički veći, jači i stariji ili ima veću društvenu moć ili položaj nego žrtva. Nasilnik namjerno nanosi bol riječima ili djelima, a žrtva je jedina strana toga odnosa koja osjeća emocionalnu uznemirenost. Nasilnik pronalazi neki osjećaj zadovoljstva u svojem ponašanju te ne osjeća žaljenje ili krivnju zbog štetnih posljedica svojega ponašanja. Iako je moguće da se nasilje dogodi samo jednom, obično postoji neki uzorak ponašanja koji se ponavlja duže vrijeme i poprima različite oblike: fizičko nasilje (nad tijelom ili vlasništvom žrtve), verbalno nasilje (javno ponižavanje i verbalno zlostavljanje), socijalno nasilje (glasine, isključivanje iz društvene grupe ili aktivnosti, prisiljavanje nekoga da učini nešto što ne želi) i internetsko nasilje (upotreba društvenih mreža kako bi se nekoga ponizilo, širilo glasine, stvaralo lažne profile s namjerom da se nekoga povrijedi).

5. Uzimate jednu po jednu karticu koju ste prethodno izrezali s radnog listića *Sukob i vršnjačko nasilje – razlike* i čitajte situacije koje su na njima (u prazne kartice možete upisati i još neke primjere situacija). Njihov je zadatak prepoznati koja od ovih ponašanja predstavljaju sukob, a koja vršnjačko nasilje. U dogovoru s djecom nadopunite plakate.
6. Podijelite djecu u 4 skupine. Dvije skupine imaju zadatak smisliti rečenicu od četiri riječi koja najjasnije opisuje sukob, a dvije skupine imaju zadatak smisliti rečenicu od četiri riječi koja najjasnije opisuje nasilje. Neka svaka skupina svoju rečenicu napiše na komad papira, zalijepi na odgovarajući plakat i kaže ju jednoglasno cijelom razredu.



Potaknite djecu da razgovaraju s roditeljima i braćom i sestrama o tome kako oni razlikuju uobičajene sukobe od nasilnoga ponašanja. Podijelite djeci radne listiće *Sukob ili nasilje* i recite im da zamole roditelje i članove obitelji da im pomognu ispuniti dvije rubrike nacrtane na listiću.

SUKOB I VRŠNJAČKO NASILJE - RAZLIKE

Ovo su kartice s primjerima o kojima možete razgovarati. Uzimajte jednu po jednu i čitajte djeci. Njihov je zadatak prepoznati koja od ovih ponašanja predstavljaju sukob, a koja vršnjačko nasilje.

Dvoje prijatelja zajedno crta i ne slažu se oko boja koje će upotrijebiti.	Djevojčica iz zadnje klupe naziva jednoga dječaka ružnim imenima. I jučer i cijeli prošli tjedan uznemiravala ga je na taj način.
Dvije prijateljice žele obući iste majice na zabavu.	Dječak je vikao na djevojčicu da ne dira njegov mobitel zato što je pripadnica nacionalne manjine. Za vrijeme sata slao joj je prijeteće poruke.
Nekoliko djece svađa se oko toga tko je na redu da odabere koju će igru igrati za vrijeme slobodnoga sata.	Dječak stalno prolazi pokraj pješčanika i uništava sve što jedna mala djevojčica pokušava izgraditi.
Djeca se svađaju oko toga koja će skupina prva koristiti nogometni teren.	Stariji učenik psuje mlađu djecu za vrijeme vožnje autobusom te im ne dozvoljava da sjednu gdje žele.
Djeca se svađaju oko toga tko će napraviti koji zadatak za projekt iz matematike.	Vrlo popularna tinejdžerica tjera druge da rade sve što im ona kaže.



Djeca se svađaju oko toga tko će prvi ići na ručak.	Dijete uzima dio ručka slijepog djeteta.
Djevojčica je rekla drugoj djevojčici da se taj dan ne želi igrati s njom.	Djevojčica govori prijateljici da je druga djevojčica iz njihova razreda prespora da bi se igrala s njima.





SUKOB ILI NASILJE

Danas su u školi djeca razgovarala o uobičajenim sukobima i o tome kada sukob prerasta u nasilje. Pitajte dijete o tome što su zaključili o temi sukoba i nasilja. Razgovarajte o tome koji su sukobi u obitelji uobičajeni dio obiteljske rasprave i dogovaranja, a što se u vašoj obitelji smatra nasilnim ponašanjem koje nije dopušteno ni jednom članu obitelji. Svoje ideje zabilježite na ovaj listić.

SUKOBI SU DIO ŽIVOTA	NASILJE JE ZABRANJENO



Aktivnost 3. Uloga promatrača nasilja

Cilj učenja

Opisati ulogu i odgovornost promatrača u situacijama vršnjačkoga nasilja.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

nabrojati moguće uloge i odgovornosti promatrača vršnjačkoga nasilja.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Radni listić *Suočavanje s nasiljem*, radni listići *Kako spriječiti vršnjačko nasilje?*, papir A3 formata, pastele, flomasteri ili tempere



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte sljedeću priču, a tijekom čitanja potaknite djecu da pogađaju o kojim životinjama čitate.

Na igralištu

Jednog dana ježica Zelda otišla je na igralište sa svojim prijateljima Sherlockom vjevercem i Karlom, pticom kukavicom. Na igralištu je bilo mnogo životinja: Visoki Vlado, žirafa, Bucmasti Boro, bizon, Lukavi Luka, ..., Dražesna Dora, ...; Mazna Maja, ..., Mali Miro, ..., i Nevaljali Nenad, sljepić.

Zelda se nije voljela igrati s Nenadom jer je on bio grub i uvijek bi nekako ozlijedio Zeldu. No bila je toliko sretna što vidi sve svoje prijatelje da je odmah pojurila na igranje! Zabavljala se s Mirom i Karlom na ljuljačkama kada se odjednom pojavio Nenad, gurnuo je s ljuljačke i rekao joj: „Odlazi, ne možeš se ovdje igrati. Sada se ja ljuljam!“

Zelda je uzrujano pogledala Mira. On se bojao Nenadova snažnoga repa pa nije ništa rekao. I Karlo je samo odletio dalje te je Zelda sišla s ljuljačke. Osvrnula se oko sebe i vidjela da se svi ostali veselo igraju. Boljela su je leđa, a njezine nježne bodlje bile su svinute. Neko je vrijeme sama šetala, a onda je ugledala Maznu Maju na toboganu. Nasmiješila se. Počela se penjati i baš kada je bila pri vrhu, pojavio se Nevaljali Nenad i stao na vrh tobogana.

„Ne, ne, ne možeš se sada spuštati, sve ćeš pokvariti. Miči se, sad sad se ja spuštam!“ pogledao je Zeldu i ljuto zasiktao. Zelda je pogledala Maznu Maju, ali Maja se bojala Nenadovih oštrih zuba pa je samo skrenula pogled. Sišla je s tobogana, a Nevaljali Nenad se nasmijao. Lukavi Lovro nervozno je gledao Nenada te se zahihotao.

Zelda je nastavila šetati po igralištu te je začula smijeh i viku. Njezini prijatelji Dražesna Dora, Visoki Vlado i Sherlock preskakali su uže. „Pridruži nam se!“ reče Veliki Vlado. Zelda je uzela ponuđeni kraj užeta i tek što ga je počela okretati, pojavio se Nenad i rekao: „Ne možeš držati uže. Daj to meni!“ Gurnuo je Zeldu, ona je pala i udarila glavom.

„Prestani!“ viknuo je Sherlock i potrčao pomoći Zeldi. Nevaljali Nenad je rekao: „Ma nemoj, zašto bih! Nećeš mi ti govoriti što da radim.“ Sherlock je pogledao svoje prijatelje nadajući se da će oni nešto učiniti. „P-p-prestani...“, promućao je Visoki Vlado, „lijepo smo se igrali. Čekaj svoj red.“ „E baš neću,“ prosiptao je Nevaljali Nenad.

„Da, prestani!“ rekla je Dražesna Dora i pomogla Zeldi da ustane. „Sada se mi igramo. Ti nam se možeš pridružiti kasnije. Zašto si je gurnuo? I s tobom se možemo igrati, ali ti moraš biti pristojan.“ Sherlock je dodao: „Ako si zbog nečega ljut, reci nam o čemu se radi. Ako imaš neki problem sa Zeldom ili nešto slično, reci nam. Možemo ti pokušati pomoći. Ali ne na ovakav način.“

„Je li sve u redu?“ pitao je Bucmasti Boro koji je baš prolazio pokraj njih na svojem biciklu. „Ma je, je...“, Nenad je brzo odgovorio i odtetirao dalje. Zeldi je obrisala suze i zahvalno pogledala svoje prijatelje. Sherlock je uzeo uže iz njezine ruke i rekao joj: „Ti si na redu da preskačeš. Hajde!“

Toga dana, dok su vraćali iz škole, Nenad je pitao Sherlocka: „Mogu li s tobom? Da malo porazgovaramo?“ Sherlock je pristao i njih su dvojica zajedno krenuli kući. Tako je Nenad ispričao Sherlocku da kod njega doma situacija nije najbolja, njegovi se roditelji svađaju svaki dan. On je zbunjen i ne zna što da radi. Zeldi ga žalcira zato što mu njezin život čini savršenim. „Znaš, Nenade, ničiji život nije savršen, no mi si možemo međusobno pomagati... Ne znam što bi ti mogao poduzeti kod kuće, no mislim da ćeš se osjećati bolje ako se budeš češće igrao s nama.“

3. Ponajprije razgovarajte s djecom o priči tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Koje su se životinje u ovoj priči loše ponijele?
 - Kako su povrijedile Zeldu? Zašto su to učinile?
 - Kako se Zeldi osjećala zbog toga?
 - Kako se Nenad osjećao tijekom ove priče?
 - Tko je pomogao Zeldi?
 - Zašto su joj pomogli?
 - Što su rekli Nenadu?
 - Je li sve bilo u redu s Nenadom?
 - Kako biste se vi osjećali da ste na Zeldinu mjestu? A na Nenadovu mjestu?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:
 - Gdje može doći do vršnjačkoga nasilja?
 - Što biste vi učinili da doživljavate vršnjačko nasilje?
 - Tko vam može pomoći u situacijama vršnjačkoga nasilja? Zna li s kime možete razgovarati u takvim situacijama?
 - Što biste učinili da vidite kako netko zlostavlja nekog drugog?
 - Koja je naša odgovornost kao promatrača?
5. Razgovarajte s djecom zašto su prijatelji i promatrači važni i koja je njihova uloga u situacijama vršnjačkoga nasilja. Razgovarajte o žrtvama, ali i o zlostavljačima. Ako želimo spriječiti nasilje, trebamo paziti na svakoga. U nekom trenutku života gotovo svako dijete kaže ili učini nešto čime povrijedi drugu osobu. Odrastanje se sastoji od toga i ne znači da su ta djeca loša, ponekad netko slučajno povrijedi drugu osobu. Većina osoba uči na svojim greškama i idući put neće namjerno povrijediti drugoga. Važno je naučiti odnositi se prema drugima s poštovanjem te biti svjestan da naše riječi i djela utječu na druge. Kako bismo spriječili vršnjačko nasilje, važno je biti dobar prijatelj i imati dobre namjere prema svima. U vršnjačkome nasilju zlostavljač ne

pokazuje empatiju za druge, nastavlja se ponašati nasilno i nanositi bol drugima, što pak ne znači da i on sam ne pati. Neki su nasilnici i sami doživjeli zlostavljanje ili ih je povrijedio netko jači od njih. Zato oni nanose bol nekome drugom jer vjeruju da će se zbog toga osjećati važnije i biti popularniji među svojim vršnjacima, da će steći kontrolu ili čak bolje mišljenje o sebi.

Važna stvar koju ne smijemo zaboraviti jest da sudionici vršnjačkoga nasilja nisu samo nasilnik i žrtva već i svjedoci nasilja, promatrači. Sve tri skupine trpe posljedice vršnjačkoga nasilja. U većini slučajeva učestalost i intenzitet nasilja ovisi o reakcijama promatrača. Promatrači često osjećaju bespomoćnost i krivnju te se bore sami sa sobom oko toga treba li prijaviti nasilje ili ne. Djeca se nikada ne bi trebali bojati pomoći drugome, što ne mora značiti da odmah treba djelovati, već mogu pružiti potporu žrtvi nasilja i pomoći joj da zatraži pomoć odraslih.

6. Na kraju kako bi djeca ponovila što sve mogu učiniti da zaustave vršnjačko nasilje, potaknite ih da od raznih materijala izrade plakat protiv nasilja. Mogu koristiti savjete s radnog listića *Kako spriječiti vršnjačko nasilje?* kada govore o tome što poduzeti u vezi s nasiljem. Na njega mogu ispisati riječi za imenovanje osjećaja, kao i pojedine poruke s radnog listića *Suočavanje s vršnjačkim nasiljem*, kako bi pokazali drugima u školi zašto je vršnjačko nasilje loše i kako ga zaustaviti. Zatim možete izložiti plakat u školskim hodnicima ili predvorju.
7. Ako želite produbiti ovu temu, potražite više informacija i/ili aktivnosti na sljedećim stranicama:
www.stopbullying.gov/kids
www.kidsturncentral.com/links/bullylinks.htm
www.pbskids.org/itsmylife/friends/bullies



Potaknite djecu da s roditeljima razgovaraju o svojoj ulozi promatrača i da se pokušaju prisjetiti neke situacije u kojoj je netko svjedočio nečemu lošem i što je tada učinio. Sljedećega dana razgovarajte s djecom o aktivnosti kod kuće.

SUOČAVANJE S NASILJEM

Ako ikada budete izloženi vršnjačkom nasilju, sjetite se da za to niste vi krivi. Niste jedini. Mnoge osobe na raznim mjestima mogu biti žrtve vršnjačkoga nasilja. Ako vas netko zlostavlja ili svjedočite nasilju, budite odgovorni i potražite pomoć. To bi vam mogao biti težak korak. No važno je pokušati riješiti problem i zaustaviti nasilje prije nego što ode predaleko.

Nekoliko je koraka koje možete poduzeti da biste se suprotstavili vršnjačkom nasilju.¹²

- o Pokušajte ostati mirni.
- o Recite nasilniku da prestane.
- o Pretvarajte se da ste hrabri i udaljite se od nasilnika.
- o Pokušajte se ponašati kao da vas situacija nimalo ne dira.
- o Izbjegavajte nasilnika.
- o Nemojte biti sami. Okružite se skupinom prijatelja.
- o Nemojte pokušavati sami se obračunati s nasilnikom.
- o Nemojte mu uzvrćati.
- o Ne odgovarajte nasilniku vikanjem.
- o Ne pokušavajte riješiti problem tako što ćete se i sami ponašati nasilno.
- o Ako ste žrtva ili promatrač vršnjačkoga nasilja, potražite pomoć.
- o Povjerite se nekome kome možete vjerovati. Razgovarajte s prijateljem, roditeljem, učiteljem.
- o Suradujte s drugima kako biste pronašli najbolje rješenje problema.

Svojim primjerom pokazujte kako se pravedno postupa prema drugima!

Dajte svima do znanja da nemate tolerancije za nasilnike.

Kada se suprotstavljate vršnjačkome nasilju, postajete junak, a ne samo pasivni promatrač.



¹² Ove savjete osmislila je Cristie Reed, moguće ih je preuzeti s http://bowlerschool.net/ebooks/SS_GL-K-5/Dealing_With_Bullies.pdf



KAKO SPRIJEČITI VRŠNJAČKO NASILJE?¹³

<p>Nemoj uzvraćati nasiljem. Nemoj se tući ili naguravati s nasilnikom. To je upravo što on i želi. Osim toga, to je i opasno jer bi se netko mogao ozlijediti. Također, najvjerojatnije ćeš upasti u nevolju zbog toga. Najbolje je držati se drugih, biti na sigurnom i zatražiti pomoć odrasle osobe.</p>	<p>Imaj samopouzdanja i budi hrabar. Teško je biti junak kada druga osoba izaziva strah u tebi. No ponekad je i hinjena hrabrost dovoljna da se nasilnik zaustavi. Kako se ponaša i kako izgleda hrabra osoba? Visoko digni glavu i tako ćeš poslati poruku: „Ne diraj me.“ Lakše je osjećati se hrabro, ako se dobro osjećaš u svojoj koži.</p>
<p>Izbori se za sebe. Pravi se da imaš hrabrosti i samopouzdanja. Glasno reci nasilniku: „Ne! Prestani!“, a zatim se udalji od njega, trčeći, ako je potrebno. Djeca se mogu međusobno štiti od nasilnika tako što će mu reći da prestane zlostavljati ili zastrašivati druge, a potom se se zajedno udaljiti od njega. Ako te nasilnik tjera da učiniš nešto što ne želiš, reci mu <i>Ne!</i> i makni se od njega. Ako učiniš ono što nasilnik traži, najvjerojatnije će te nastaviti maltretirati. Nasilnici obično za žrtve odabiru djecu koja se ne znaju izboriti za sebe.</p>	<p>Pronađi prijatelja (i budi prijatelj). Kada nastojiš izbjeći nasilne situacije, bit će ti lakše ako nisi sam. Uvijek imaj uz sebe jednog ili dva prijatelja, na putu do škole, pod odmorom ili gdje god možeš sresti nasilnika. Postupi na isti način za nekog drugog tko je žrtva nasilja. Ako znaš za slučajeve nasilja u tvojoj školi, poduzmi nešto, reci odrasloj osobi, zauzmi se za žrtvu i reci nasilniku da prestane.</p>
<p>Obavijesti odraslu osobu. Ako doživljavaš vršnjačko nasilje, jako je važno da to kažeš odrasloj osobi. Ispričaj što ti se događa osobi kojoj vjeruješ. Učitelji, roditelji, suradnici u školi – svi oni mogu ti pomoći da zaustaviš nasilje. Ponekada nasilnici prestanu čim učitelji saznaju za njihovo ponašanje, zato što se boje da će ih roditelji kazniti. Tu se ne radi o tužakanju zbog neke sitnice – vršnjačko nasilje je loše, stoga svatko tko ga doživljava ili tko vidi nasilnu situaciju treba o tome progovoriti.</p>	<p>Nemoj nasilniku pružiti priliku. Izbjegavaj nasilnika, koliko god možeš. Naravno, ne možeš se stalno skrivati ili izostajati s nastave. No ako imaš mogućnost ići drugim putem da ga izbjegneš, onda to i učini.</p> <p>Budi zadovoljan sobom. Nitko nije savršen, no ipak što možeš učiniti kako bi izgledao dobro i tako se i osjećao? Možda želiš biti u boljoj formi? Onda možeš početi više vježbati, manje gledati televiziju, zdravije se hraniti, brinuti se o svom izgledu. .</p>
<p>Ignoriraj nasilnika. Ako možeš, pokušaj ignorirati nasilnikove prijetnje. Pretvaraj se da ih ne čuješ i brzo se odmakni na neko sigurno mjesto. Nasilnici žele svojom zlobom i zadirivanjem izazvati velike reakcije, a ako se pretvaraš da ništa ne primjećuješ ili da te to ne dira, tada reakcije nema i moguće je da će to zaustaviti nasilnikovo ponašanje.</p>	<p>Ne pokazuj osjećaje. Planiraj unaprijed. Kako možeš kontrolirati svoju ljutnju ili ne pokazivati da si uznemiren? Pokušaj zaokupiti svoje misli drugim stvarima (broji od 100 do 0, slovka riječ kornjača unazad itd.) dok se ne nađeš na sigurnom mjestu gdje možeš pokazati svoje osjećaje.</p>



¹³ Ovi savjeti su preuzeti s KidsHealth.org. Možete ih pronaći, zajedno sa drugim informacijama o vršnjačkom nasilju na stranici http://kidshealth.org/PageManager.jsp?dn=KidsHealth&lic=1&ps=307&cat_id=20070&article_set=22400



PODTEMA 2. Suočavanje s gubitkom i prihvaćanje promjena

U svom životu djeca će se naći pred mnogo važnih promjena i prijelaznih razdoblja kao što su razni konteksti učenja, društvene grupe, uloge i očekivanja. Sve to može nekoj djeci djelovati zastrašujuće i utjecati na njihov osjećaj osobnoga identiteta i samopoštovanja (Bredenkamp i Copple, 1997). Uspješno suočavanje s prijelaznim razdobljima i promjenama u životu prilika je za djecu da uče i da se razvijaju na višestrukim razinama (Dockett i Perry, 2007). U tome pogledu, prilagodba promjeni i postavljanje novih ciljeva (umjesto nedostižnih starih) pomažu djeci da se nose s promjenama i prijelaznim razdobljima.

Reakcije djece na gubitak ovise o njihovu razvojnom stupnju i kulturološkom porijeklu, o tome kako odrasli kojima su djeca okružena reagiraju na gubitak i o vrsti gubitka koji su doživjela. Osim ovih čimbenika, djeca imaju svoj vlastiti način suočavanja s gubitkom. Djeca školske dobi počinju shvaćati da je smrt konačna. U toj dobi mogu doživljavati smrt kao nešto što se događa drugima, ali ne i njima i njihovim obiteljima. Starija djeca počinju uviđati univerzalnost smrti. Kada dožive neki gubitak, djeci je potrebna dozvola da žaluju te im treba pokazati da je normalno imati različite osjećaje vezane uz gubitak. Također, najbolje je da odrasli izravno i iskreno kažu što se dogodilo te da odgovore na pitanja djece kako bi ona razumjela situaciju. Djecu bi trebalo poticati da izraze svoje osjećaje na različite načine i ako je moguće, da se drže svoje uobičajene svakodnevne rutine. Na kraju, kada djeca doživljavaju neki gubitak, odrasli koji se brinu o njima trebaju im dati do znanja da su uz njih i da će im uvijek pružati podršku (NASP, 2003).

Školske aktivnosti mogu djeci pružiti dobre temelje za jačanje otpornosti u situacijama nad kojima imaju vrlo malo ili nimalo kontrole jer otkrivaju djeci kako se zaštititi od štetnih posljedica takvih iskustva, kako sagledati takva iskustva iz drugoga kuta, kako se distancirati od tih situacija i kako razmišljati pozitivno. U prvoj cjelini djeca se potiču na suočavanje s gubitkom, u drugoj na suočavanje s mogućim odbacivanjima, a treća cjelina je niz aktivnosti posvećen suočavanju s promjenama i prijelaznim životnim razdobljima.

CJELINA 1. SUOČAVANJE S ODBACIVANJEM

- Ciljevi učenja**
- izraziti misli i osjećaje vezane uz doživljaj odbačenosti
 - pružiti podršku vršnjacima koji su suočeni s odbacivanjem
 - zauzeti se za sebe kad su djeca sama suočena s odbacivanjem.

CJELINA 2. SUOČAVANJE S GUBITKOM

- Ciljevi učenja**
- prepoznati mogućnosti povezivanja sa stvarima i osobama koje više nisu uz djecu
 - razumjeti da postoje različiti načini na koje se djeca nose s gubitkom
 - odrediti strategije prevladavanja gubitka.

CJELINA 3. SUOČAVANJE S PROMJENAMA

- Ciljevi učenja**
- tražiti podršku važnih osoba radi suočavanja s promjenama
 - odrediti i podijeliti s drugima dosadašnje promjene u svom životu
 - opisati svoje težnje i snove vezane uz budućnost s obzirom na životne promjene.

Savjeti za učitelje/učiteljice

1. Pružite djeci priliku da ispričaju svoju priču i budite dobar slušatelj. Kada saznate da je neko dijete u vašemu razredu upravo izgubilo voljenu osobu, kažite razredu što se događa (ako roditelji i dijete tako žele) i razgovarajte o tome što djeca mogu učiniti kako bi pomogla. Svakomu djetetu omogućite dovoljno vremena za žalovanje na način koji njemu/njoj odgovara.
2. Možete reći djeci da izrade album ili kutiju sjećanja na osobu ili bilo što drugo što je njima bilo posebno, a to su izgubili.
3. Jedan od načina da se djeca prisjete posebnih uspomena i podijele ih s drugima jest da donesu u školu nešto što ih podsjeća na posebne trenutke. To može biti fotografija, neki predmet, slika itd., a djeca ih mogu pokazati drugima za vrijeme neke aktivnosti.
4. Istaknite da kada ih drugi odbacuju, ne znači da su oni po svojoj prirodi loši, nego da ponekad njihovo ponašanje može izazvati negativne reakcije drugih osoba. Redovito utvrđujte pozitivne osobine i ponašanja djece kako biste poticali njihovo zdravo samopoštovanje.
5. Nabavite neku od slikovnica koje se bave gubitkom (npr. Pat Palmer: Da te barem mogu držati za ruku ili Biserka Petrečija: Kada umre netko koga voliš) i pročitajte je s djecom.
6. Kada razgovarate s djecom o teškim temama, pripazite da ne tjerate djecu da govore o osobnim stvarima koje su njima bolne, već im uvijek omogućite da sami izaberu koliko će i kada govoriti.
7. Koristite priloge koje dobivate od roditelja za „zaokruživanje“ aktivnosti.

Cjelina 1. Suočavanje s odbacivanjem

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- izraziti misli i osjećaje vezane uz doživljaj odbačenosti
- pružati podršku vršnjacima koji su suočeni s odbacivanjem
- zauzeti se za sebe kada su sama suočena s odbacivanjem.

Aktivnost 1. Priče o odbacivanju

Cilj učenja

Izraziti misli i osjećaje vezane uz doživljaj odbačenosti.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

govoriti o osjećaju odbačenosti.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Bojice ili flomasteri, radni listić za djecu *Goran želi prijatelje*, Radni listić za roditelje *Osobna priča o odbacivanju*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču:

Goran želi prijatelje

Goran je devetogodišnjak koji ima nekoliko prijatelja, no uglavnom provodi odmore sam. Sportovi mu ne idu najbolje i druga djeca iz razreda nikada mu ne daju da s njima igra nogomet. Ponekada Goran pokušava zadiviti djecu izvodeći smiješne stvari, no onda on ispada blesav. Djeca mu se smiju i Goran opet ostaje sam. Osim toga, jednom je Goran pao u blato pa su mu se svi rugali, a neka djeca su ga i vrijeđala.

Jednom je učiteljica podijelila djecu u 4 skupine za rad na projektu. Većina učenika iz Goranove skupine pitala je učiteljicu da Gorana prebaci u drugu skupinu. Učiteljica je rekla da to nije moguće, a onda su se djeca počela žaliti da ne žele Gorana u svojoj skupini.

Svakoga petka većina djece iz razreda sastaju se kako bi se zajedno igrala. Goran nikada nije

pozvan na ta okupljanja. Kada druge pita o tome, oni mu ne žele reći mjesto i vrijeme zato što ne žele da im se on pridruži. A kada Goran pozove djecu da dođu k njemu, uvijek imaju neki izgovor samo da ne bi morali ići k njemu.

3. Razgovarajte s djecom o priči tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Kako se djeca iz Goranova razreda ponašaju prema njemu?
 - Što mislite, zašto se oni tako ponašaju prema njemu?
 - Kako se Goran osjeća zbog njihova odbacivanja?
 - Koje bi mogle biti neke od Goranovih negativnih misli uzrokovane tim odbacivanjem?

Potaknite djecu da razmisle o situacijama odbacivanja za koje znaju te da ih anonimno opišu. Zamolite ih da se usredotoče na osjećaje i misli osobe koja doživljava odbacivanje. Stavite sve opise u kutiju i odaberite nekoliko opisa koje ćete pročitati.

4. Zamolite djecu da se podijele u skupine i svakoj dodijelite jednu priču o odbacivanju. Zamolite ih da u skupinama pripreme igru uloga na temu zadane priče te da se usredotoče na osjećaje i misli koje je odbačena osoba možda doživjela.
5. Podijelite djeci radne listiće *Goran želi prijatelje* i potaknite ih da promijene neke od Goranovih negativnih misli u pozitivne.
6. Na kraju aktivnosti istaknite da se možemo osjećati bolje ako svoje osjećaje i misli podijelimo s nekim kome vjerujemo kao što su roditelji, sestre, braća, prijatelji ili učitelji te da je to prvi korak u suočavanju s poteškoćom/problemom kao što je odbacivanje.



Zamolite djecu da prepričaju roditeljima osobne priče o odbacivanju koje su čuli na satu. Također, podijelite im radne listiće za roditelje i potaknite ih da pitaju roditelje o njihovim iskustvima s odbacivanjem.

GORAN ŽELI PRIJATELJE

- *Sportovi mi ne idu baš najbolje.*
- *Kada pokušam biti smiješan, druga djeca misle da sam blesav.*
- *Nitko ne želi biti sa mnom u skupini za projekt.*
- *Djeca iz razreda nikada me petkom poslije škole ne pozivaju da se dođem igrati s njima.*
- *Kada ih ja pozovem k sebi, uvijek imaju neki izgovor kako ne bi morali doći.*





OSOBNA PRIČA O ODBACIVANJU

Dijete će vam ispričati neke od priča o odbacivanju o kojima smo razgovarali u školi. Poslušajte ga i razmislite o jednostavnim pričama iz svojega života i vlastitom iskustvu koji imate te ispričajte svom djetetu što vam je pomoglo da se oporavite od odbacivanja. Osobne priče ostavljaju snažan dojam na djecu i na taj način jačaju poruku o otpornosti unatoč nedaćama.

PRIČA O ODBACIVANJU

ŠTO JE POMOGLO?



Aktivnost 2. Podrška i prihvaćanje

Cilj učenja

Pružati podršku vršnjacima koji su suočeni s odbacivanjem.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

pomagati vršnjacima koji su suočeni s odbacivanjem.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Četiri slike s prizorima odbacivanja *Što mi se događa?*, radni listić za djecu *Cvijet prihvaćanja*, radni listić za roditelje *Cvijet prihvaćanja*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pokažite djeci slike iz radnog listića i potaknite ih na razgovor o njima.
3. Pitajte djecu sljedeća pitanja:
 - Što se događa na slici?
 - Kako se osjeća dijete koje doživljava odbacivanje?
 - Zašto su ostali odbacili dijete sa slike (koji su neki od mogućih razloga)?
 - Koji biste savjet dali odbačenome djetetu kako bi se ono bolje osjećalo?
 - Što dijete može poduzeti u vezi s odbacivanjem?
4. Podijelite djecu u skupine i svakoj dodijelite po jednu sliku s radnog listića *Što mi se događa?*. Zamolite djecu da pripreme igru uloga utemeljenu na zadanoj slici. Osim toga, zamolite ih i da razmisle o slučajevima odbacivanja koje su oni možda doživjeli ili o kojima su čuli.
5. Kada su djeca pripremila svoju izvedbu, zamolite svaku skupinu da prikaže svoju igru uloga.
6. Upoznajte djecu s pojmom *prihvaćenost* i osjećajima koje doživljavamo kada nas drugi prihvaćaju. Objasnite djeci da je korisno, u slučajevima kada se osjećaju odbačeno, prisjetiti se slučajeva kada su se osjećali prihvaćenima. Naglasite da se život svakoga djeteta i odrasle osobe sastoji i od prihvaćanja i od odbacivanja.
7. Recite djeci da se podijele u parove. Svakomu djetetu u paru dajte radni listić *Cvijet prihvaćanja* i recite im da imaju zadatak za svojega vršnjaka s kojim su u paru izraditi *Cvijet prihvaćanja* tako da u tučak upišu ime djeteta, u latice osobine koje im se sviđaju kod toga djeteta, a u listove neka upišu na koji bi način rado proveli slobodno vrijeme sa svojim prijateljem u paru. Neka na kraju vježbe uruče *Cvijetove prihvaćanja* jedni drugima uz nekoliko prijateljskih riječi.



Potaknite djecu da svoj *Cvijet prihvaćanja* pokažu roditeljima i da o njemu razgovaraju s njima. Osim toga, potaknite ih da zamole roditelje da prema istom principu oni izrade još jedan *Cvijet prihvaćanja* za dijete. Predložite djeci da svoja oba *Cvijeta prihvaćanja* stave na vidno mjesto u svojem privatnome prostoru.

ŠTO MI SE DOGAĐA?



Slika 1



Slika 2





Slika 3

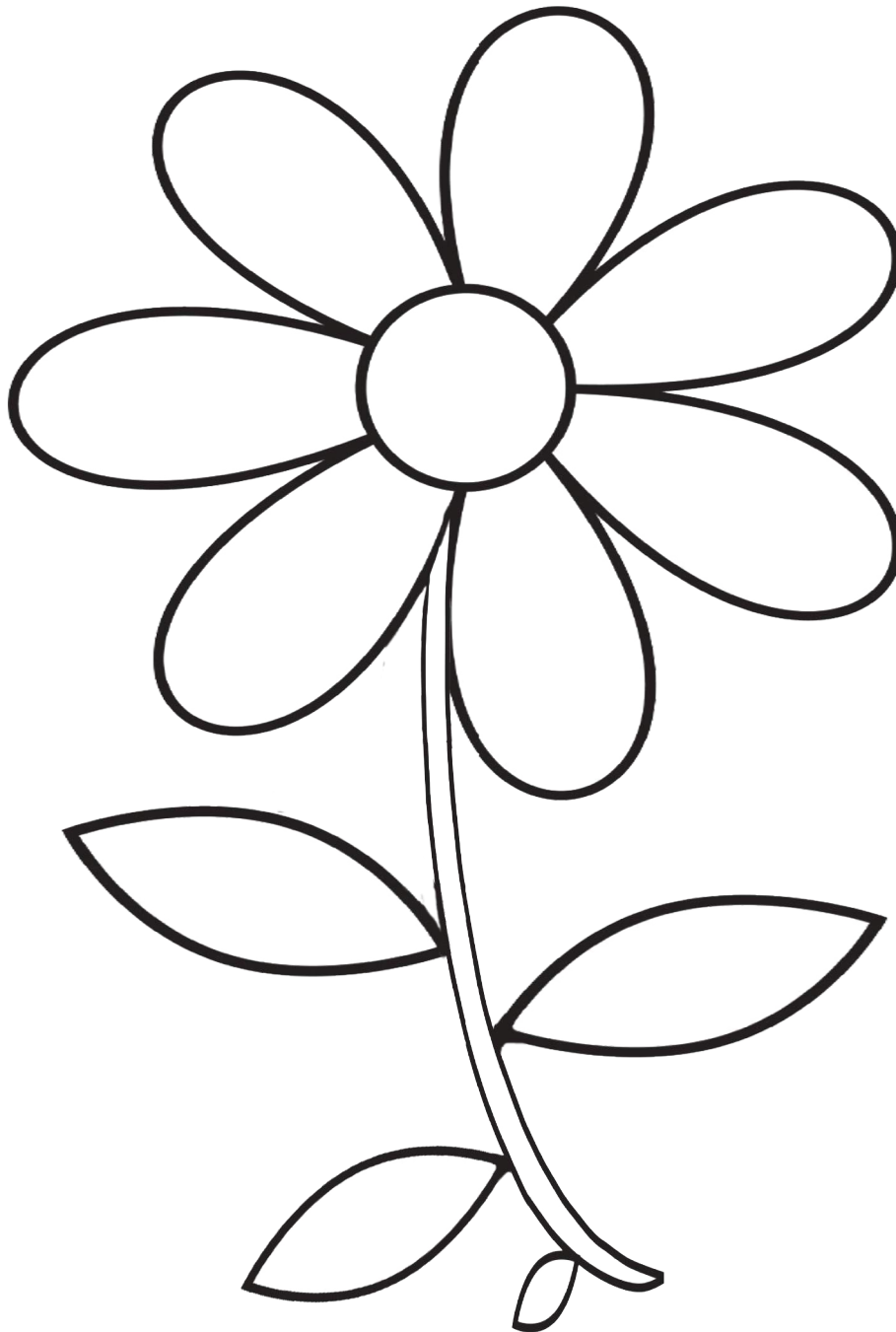


Slika 4



CVIJET PRIHVAĆANJA

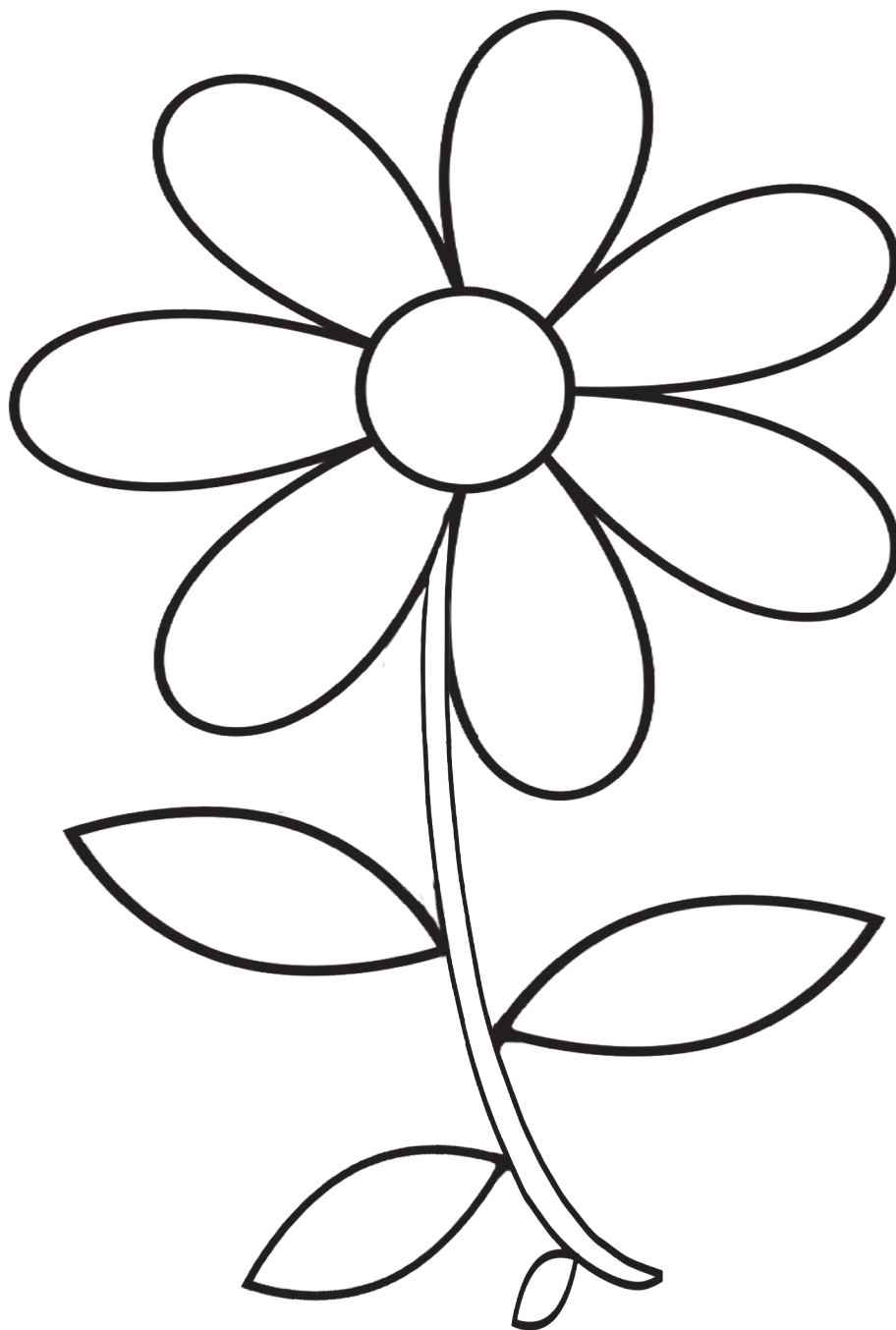
Cvijet prihvaćanja izradi tako da u tučak upišeš ime djeteta za koje radiš ovaj cvijet, u latice osobine koje ti se kod njega sviđaju, a u listove upiši kako bi rado provodio/la svoje slobodno vrijeme s njime. Cvijet možeš i ukrasiti vedrim bojama.





CVIJET PRIHVAĆANJA

Vaše dijete pokazat će vam svoj *Cvijet prihvaćanja* koji je dobilo od prijatelja iz razreda. Pogledajte i razgovarajte o tome s njime. Na ovome listiću još je jedan *Cvijet prihvaćanja* koji vi možete izraditi za svoje dijete. U tučak upišite djetetovo ime, u latice njegove osobine na koje ste ponosni, a u listiće upišite što najviše volite raditi zajedno sa svojim djetetom.



Aktivnost 3. Slavni ljudi koji su odbacivanje pretvorili u uspjeh

Cilj učenja

Zauzeti se za sebe kada su sama suočena s odbacivanjem.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

odrediti što mogu poduzeti kad me vršnjaci odbacuju.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Materijali povezani s četiri slavne osobe - stripovi ili crtani film Walta Disneyja, pjesme grupe *Beatles*, knjige o Harryju Potteru, video o Michaelu Jordanu, radni listići *Slavne osobe* za svaku skupinu s pričom o jednom od ovih likova i pitanjima na koja djeca trebaju odgovoriti, pomoćni papir za izradu prezentacije (za svaku skupinu), bojice, flomasteri, radni listić za roditelje *Od odbacivanja do uspjeha*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pokažite djeci materijale koje ste pripremili o četiri slavne osobe (poslušajte zajedno neke od najpopularnijih pjesama *Beatlesa*, pogledajte videomaterijal o Michaelu Jordanu, crtani film s nekim od likova Walta Disneya i knjige o Harryju Potteru).
3. Podijelite djecu u četiri skupine, svakoj skupini dajte pripadajući radni listić *Slavne osobe* i zamolite ih da u skupinama prouče radne listiće s informacijama o slavnim osobama koje su doživjele odbacivanje, no na kraju su ipak postigle uspjeh. Porazgovarajte sa skupinama o tome i zamolite ih da pripreme kratke prezentacije.

Prva skupina: Walt Disney, čovjek koji nam je podario Mikija Mausa i čitav Disneyev svijet. Njegova prva tvrtka koja se bavila animacijom je bankrotirala. Urednik novina u kojima je radio smatrao je da on nema mašte pa mu je dao otkaz. Legenda kaže da je doživio 302 odbijenice dok nije konačno dobio sredstva za stvaranje Svijeta Walta Disneyja.

Druga grupa: The Beatles. Mnoge izdavačke kuće odbile su slavnu grupu. Jedna, danas poznata odbijenica glasila je: „grupe s gitarama su u izumiranju” i „u show businessu nema budućnosti za grupu *Beatles*.” Kada su potpisali za izdavačku kuću EMI, *beatlemanija* zavlada je Amerikom i oni su postali najveća grupa u povijesti popularne glazbe.

Treća grupa: J. K. Rowling, autorica Harryja Pottera. J. K. Rowling bila je razvedena samohrana majka, bez prebijenoga novčića dok je pisala prvu knjigu o Harryju Potteru na starome pisaćem stroju. Dvanaest izdavača odbilo je njezin rukopis. Prošla je godina dana dok joj

Barry Cunningham iz kuće Bloomsbury nije dao zeleno svjetlo i pristao izdati njezinu knjigu. Ipak, Cunningham je inzistirao da J. K. Rowling pronađe drugi posao jer je smatrao da u dječjoj književnosti nema zarade. Na kraju je autorica preko noći postala bogatija čak i od engleske kraljice.

Četvrta grupa: Michael Jordan. Poznato je da u srednjoj školi Jordana nisu primili u košarkašku ekipu, a na kraju je ipak postao najveći košarkaš svih vremena. Nikada nije dozvolio da ga neuspjeh obeshrabri. Jednom je izjavio: „U svojoj karijeri promašio sam više od 9000 koševa. Izgubio sam skoro 300 utakmica, 26 puta povjerili su mi odlučujući koš, a ja sam ga promašio. Ponovo i iznova doživljavao sam neuspjehe. I to je razlog zašto sam uspio.”

Svaka prezentacija treba sadržavati:

- Što su mislile i kako su se osjećale kada su doživjele odbacivanje.
 - Nekoliko primjera pozitivnih misli slavnih osoba kada su doživjele odbacivanje. Kako su se mogle ohrabrivati, što su si govorile kako ne bi odustale?
 - Karakterne osobine koje su bile ključne za pretvaranje odbacivanja u uspjeh. Što je tim osobama pomoglo da budu uporne, da ne odustaju i da na kraju postignu uspjeh?
 - Osobe koje su im možda pomagale.
 - Plan djelovanja koji su mogle izraditi.
 - Što su mislile i kako su se osjećale kada su postigle uspjeh.
4. Potaknite svaku skupinu da prezentira svoj rad pred razredom i razgovarajte o tome.



Potaknite djecu da s roditeljima razgovaraju o slavnoj osobi o kojoj su radili prezentaciju. Neka zajedno s roditeljima ispune križaljku na radnom listiću *Od odbacivanja do uspjeha*.

SLAVNE OSOBE

Prva skupina

Walt Disney, čovjek koji nam je podario Mikija Mausa i čitav Disneyev svijet. Njegova prva tvrtka koja se bavila animacijom je bankrotirala. Urednik novina u kojima je radio smatrao je da on nema mašte pa mu je dao otkaz. Legenda kaže da je doživio 302 odbijenice dok nije konačno dobio sredstva za stvaranje Svijeta Walta Disneyja.



Prezentacija treba sadržavati:

- Njegove osjećaje i misli kada je doživio odbacivanje.
- Nekoliko primjera njegovih pozitivnih misli kada je doživio odbacivanje. Kako se mogao ohrabrivati, što je govorio kako ne bi odustao?
- Karakterne osobine koje su bile ključne za pretvaranje odbacivanja u uspjeh. Što mu je pomoglo da bude uporan, da ne odustaje i da na kraju postigne uspjeh?
- Osobe koje su mu možda pomagale.
- Akcijski plan koji je možda izradio.
- Njegove osjećaje i misli kada je postigao uspjeh.



SLAVNE OSOBE

Druga skupina

The Beatles. Mnoge izdavačke kuće odbile su ovu slavnu grupu. Jedna, danas poznata odbijenica glasila je: „grupe s gitarama su u izumiranju” i „u show businessu nema budućnosti za grupu Beatles.” Kada su potpisali za izdavačku kuću EMI, beatlemanija zavladała je Amerikom i oni su postali najveća grupa u povijesti popularne glazbe.



Prezentacija treba sadržavati:

- Njihove osjećaje i misli kada su doživjeli odbacivanje.
- Nekoliko primjera njihovih pozitivnih misli kada su doživjeli odbacivanje. Kako su se mogli ohrabrivati, što su govorili kako ne bi odustali?
- Karakterne osobine koje su bile ključne za pretvaranje odbacivanja u uspjeh. Što im je pomoglo da budu uporni, da ne odustaju i da na kraju postignu uspjeh?
- Osobe koje su im možda pomagale.
- Akcijski plan koji su možda izradili.
- Njihove osjećaje i misli kada su postigli uspjeh.



SLAVNE OSOBE

Treća skupina

J. K. Rowling, autorica Harryja Pottera. J. K. Rowling bila je razvedena samohrana majka, bez prebijenoga novčića dok je pisala prvu knjigu o Harryju Potteru na starome pisaćem stroju. Dvanaest izdavača odbilo je njezin rukopis. Prošla je godina dana dok joj Barry Cunningham iz kuće Bloomsbury nije dao zeleno svjetlo i pristao izdati njezinu knjigu. Ipak, Cunningham je inzistirao da J.K. Rowling pronađe drugi posao jer je smatrao da u dječjoj književnosti nema zarade. Na kraju je autorica preko noći postala bogatija čak i od engleske kraljice.



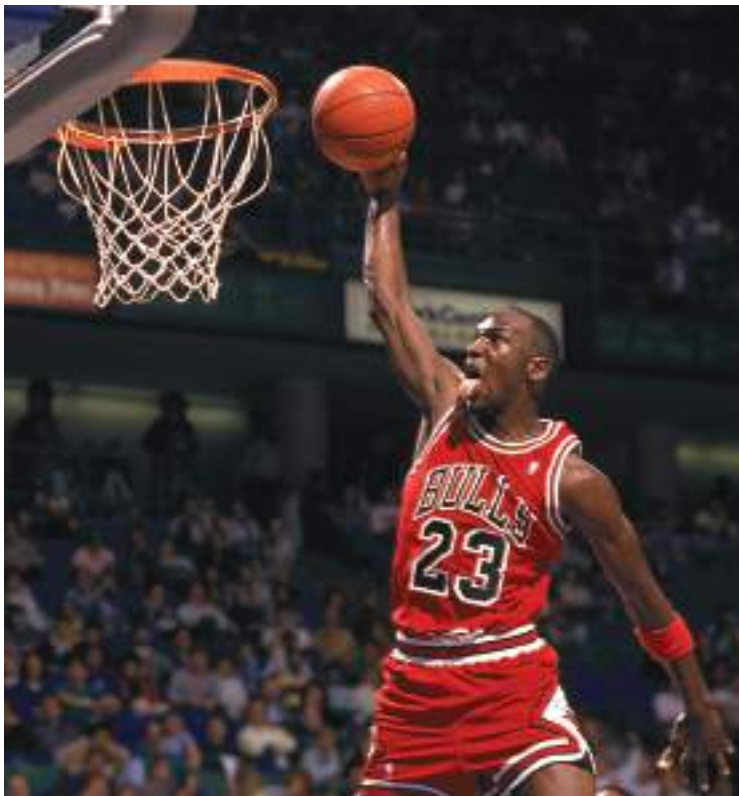
Prezentacija treba sadržavati:

- Njezine osjećaje i misli kada je doživjela odbacivanje.
- Nekoliko primjera njezinih pozitivnih misli kada je doživjela odbacivanje. Kako se mogla ohrabrivati, što je govorila kako ne bi odustala?
- Karakterne osobine koje su bile ključne za pretvaranje odbacivanja u uspjeh. Što joj je pomoglo da bude uporna, da ne odustaje i da na kraju postigne uspjeh?
- Osobe koje su joj možda pomagale.
- Akcijski plan koji je možda izradila.
- Njezine osjećaje i misli kada je postigla uspjeh.



SLAVNE OSOBE Četvrta skupina

Michael Jordan. Poznato je da u srednjoj školi Jordana nisu primili u košarkašku ekipu, a na kraju je ipak postao najveći košarkaš svih vremena. Nikada nije dozvolio da ga neuspjeh obeshrabri. Jednom je izjavio: „U svojoj karijeri promašio sam više od 9000 koševa. Izgubio sam skoro 300 utakmica, 26 puta povjerili su mi odlučujući koš, a ja sam ga promašio. Ponovo i iznova doživljavao sam neuspjehe. I to je razlog zašto sam uspio.”



Prezentacija treba sadržavati:

- Njegove osjećaje i misli kada je doživio odbacivanje.
- Nekoliko primjera njegovih pozitivnih misli kada je doživio odbacivanje. Kako se mogao ohrabrivati, što je govorilo kako ne bi odustao?
- Karakterne osobine koje su bile ključne za pretvaranje odbacivanja u uspjeh. Što mu je pomoglo da bude uporan, da ne odustaje i da na kraju postigne uspjeh?
- Osobe koje su mu možda pomagale.
- Akcijski plan koji je možda izradio.
- Njegove osjećaje i misli kada je postigao uspjeh.





OD ODBACIVANJA DO USPJEHA

Dijete će vam ispričati priču o jednoj slavnoj osobi koja je doživjela odbacivanje, ali je početni neuspjeh kasnije pretvorila u uspjeh i postala slavna. Zajedno s djetetom ispunite ovu križaljku. Poruku od 4 riječi smislite zajedno i upišite ju u označeni prostor velikim slovima³ i ukasite ju. Dok radite na ovome zadatku, možda ćete spontano početi razgovarati o otpornosti i o tome što je potrebno da bismo se oporavili od životnih udaraca.

ODBACIVANJE	
1 ISTOZNAČNICA	
2 PRIDJEVA	
3 GLAGOLA	
PORUKA OD 4 RIJEČI KOJA MOŽE POMOĆI	



Cjelina 2. Suočavanje s gubitkom

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- prepoznati mogućnosti povezivanja sa stvarima i osobama koje više nisu uz njih
- razumjeti da postoje različiti načini na koje se djeca nose s gubitkom
- odrediti strategije prevladavanja gubitka.

Aktivnost 1. Svatko ima nekoga koga nema

Cilj učenja

Prepoznati mogućnosti povezivanja sa stvarima i osobama koje više nisu uz njih.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

nabrojati nekoliko mogućnosti povezivanja sa stvarima i osobama koje više nisu uz mene.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Radni listić za roditelje *Promjene*



1. Prije same aktivnosti zamolite djecu da razmisle o nečemu ili nekome koga su izgubili i tko im nedostaje. Ako se i roditelji i djeca slažu s idejom, zamolite ih da donesu nekoliko fotografija ili da izrade kolaž o osobi ili stvari koju su izgubili.
2. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
3. Recite djeci da svi sjednu u krug i pročitajte im sljedeću priču o gubitku:

Thor¹⁴

Jednom davno, u obližnjemu gradu živio je veliki čupavi pas. On je bio jako sretan jer je živio s obitelji koja je voljela pse. Uvijek je imao puno hrane, a u posebnim prilikama dobio bi i veliku sočnu kost. Njegovi vlasnici htjeli su da on bude oštar i da plaši provalnike, pa su ga zato nazvali Thor. Međutim, on je bio nježan pas pun ljubavi i većinu vremena provodio je trčeći po dvorištu, sretan što može naganjati vjeverice ili spavati u hladu. Susjedi su također imali psa, a njegovo je ime bilo Švrćo. Thor i Švrćo već su jako dugo bili prijatelji. Svakoga jutra Thor se

¹⁴ Davis, 1988

veselio što će otići do ograde i trčati gore dolje uz nju sa Švrćom koji je s druge strane. Njih su dvojica lajali jedan na drugoga, zavijali i dahtali, a ponekad su ih vlasnici pustili da se igraju u istome dvorištu. Bili su toliko povezani da se Thoru činilo sasvim normalno da ga Švrćo uvijek čeka pokraj ograde.

Jednoga jutra kad je Thor kao i obično dotrčao do ograde, nešto je bilo drugačije - nije bilo Švrće. Thor je proveo čitav dan pokraj ograde čekajući Švrću i postajao je sve tužniji i tužniji. Švrće i dalje nije bilo. Thorovim vlasnicima bilo je jasno da je Švrćo uginuo, no nisu znali kako da to objasne Thoru. Na kraju su odveli Thora kod susjeda gdje je vidio Švrćino tijelo prije nego što su ga pokopali. Thor ga je pronjuškao i zacvilio, sada je mu je bilo jasno da je Švrćo uginuo.

Ta spoznaja nije ublažila njegovu bol. Thora je sve više i više boljelo srce. Odbijao je hranu i prestao je naganjati vjeverice. Svaki put kad bi pogledao prema ogradi, sjetio bi se da Švrće više nema i velika suza pojavila bi se u njegovu oku. Vlasnici su ga pokušali oraspoložiti novim igračkama, sočnim kostima i šetnjama, no Thor je ostao neutješan.

Jednoga dana dok je Thor tužno gledao prema ogradi, vidio je maloga psića kako trči po dvorištu. Užasnua se. Kako se ti ljudi usuđuju misliti da je moguće zamijeniti Švrću? Odlučan da neće pridošlici poklanjati nimalo pozornosti, Thor se sklupčao u sjeni staroga stabla i zaspao.

Dok je spavao, u snu ga je posjetio Švrćo i obratio mu se.

„Ti patiš jer ti ja nedostajem, a nedostajem ti jer me tražiš na krivim mjestima. Nemoj me tražiti vani, ja sam tu, u tvome srcu.“

Kad je čuo riječi svojega prijatelja, Thora su preplavili osjećaji kao nikada prije. To ga je istovremeno i boljelo i bilo mu ugodno. Tijekom toga sna Thor je u svojem srcu pronašao mjesto i za bol i za sreću. Zatim su Švrćo i Thor još dugo razgovarali onako kako razgovaraju pravi prijatelji.

Probudivši se, Thor se protegnuo i zijevnuo te primijetio da ga susjedov psić čeznutljivo gleda kroz ogradu. Dok je gledao u psića, Thor je osjetio kako u njemu nešto raste. Sjedio je tako i razmišljao o svojem snu, puštajući da poruka iz sna postane jasna. Zatim je polako prešao dvorište. Nagnuo se kroz ogradu i u znak pozdrava, koji svi psi dobro razumiju, polizao glavu čupavoga psića.

„Poznavao sam jednoga psa koji se zvao Švrćo,“ rekao je psiću. A kada je izgovorio te riječi, osjetio je kako se Švrćo negdje smiješi.

4. Razgovarajte s djecom o priči tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što se dogodilo Thoru nakon što je Švrćo uginuo?
 - Što je Švrćo rekao Thoru kada mu je došao u san?
5. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:
 - Jeste li ikada poput Thora prošli kroz neko teško razdoblje?
 - Kako se mogu osjećati djeca kada izgube nešto ili nekoga koga stvarno vole?
 - Što možemo učiniti da bismo prevladali osjećaje koje tada možemo proživljavati?
6. Dok su djeca okupljena u krugu, zamolite ih da pokažu slike ili kolaže koje su donijeli. Sljedeća pitanja pomoći će vam da potaknete djecu na razgovor.
 - Jeste li ikada izgubili nekoga ili nešto posebno, kao na primjer, posebnog prijatelja, kućnog ljubimca ili nekoga koga ste poznavali?
 - Kako ste se tada osjećali? Što još djeca mogu osjećati kada izgube nekoga ili nešto što vole?
 - Što ste činili u takvoj situaciji?
 - Tko vam je tada pomogao?
 - Kako vi možete pomoći nekome za koga znate da doživljava gubitak?



Potaknite djecu da izrade kolaže o svemu što se promijenilo otkada su doživjeli gubitak. Osim toga, zamolite ih da na radni listić za roditelje zapišu neke uspomene na izgubljenu osobu, kućnog ljubimca ili stvar. Iako te uspomene ne mogu zamijeniti ono što im nedostaje, one su znak da dijete ima snage prevladati gubitak.



PROMJENE

Pomozite djetetu da izradi crtež ili kolaž o svemu što se promijenilo otkada je dijete doživjelo gubitak. Osim toga, pomozite mu/joj da navede svoje uspomene na izgublenu osobu, kućnog ljubimca ili stvar. Razgovarajte o tome dokle god dijete bude željelo.

Uspomene možete zapisati oko crteža ili kolaža koje je dijete napravilo.



Aktivnost 2. Kako se djeca nose s gubitkom?

Cilj učenja

Razumjeti da postoje različiti načini na koje se djeca nose s gubitkom.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati različite načine prevladavanja gubitka.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Papir za pisanje, radni listić *Naše uspomene*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču iz prethodne aktivnosti ili je ponovno ispričajte.
3. Razgovarajte s djecom o priči tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što se dogodilo u priči?
 - Što je Švrćo rekao kada se pojavio u Thorovu snu?
 - Što je Thor učinio nakon toga sna?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:
 - Što biste vi učinili da ste na Thorovom mjestu?
 - Koga biste tražili za pomoć?
 - Kako biste sami sebi pomogli?
5. Pročitajte djeci sljedeću situaciju:

Mihaelu, učeniku iz tvoje škole, nedavno je pognuo ujak u automobilskoj nesreći. Mihael je jako potresen jer je silno volio svojega ujaka.
6. Podijelite djecu u skupine. Zamolite ih da svaka skupina navede kako se sve Mihael može osjećati zbog gubitka ujaka te kako može reagirati na taj gubitak. Potom zamolite djecu da navedu što Mihael može učiniti kako bi se suočio s gubitkom te što osobe oko njega mogu učiniti da bi mu pomogle. Potaknite djecu da iznesu svoje odgovore u zajedničkoj raspravi. Podsjetite ih da različite osobe različito reagiraju na gubitak, pa stoga i načini kako se uspješno nositi s gubitkom mogu biti različiti.



Potaknite djecu da intervjuiraju roditelje o njihovoj posebnoj uspomeni na osobu koju su izgubili. Recite im da ono što su saznali od roditelja napišu na listić *Naše uspomene* i donesu idući dan u školu kako bi to odložili u svoj portfolio.



NAŠE USPOMENE

Neka dijete intervjuira vas ili drugoga člana obitelji o nekom gubitku koji ste/su doživjeli. Osim toga dijete na listić može zapisati i uspomene koje se prepričavaju u vašoj obitelji.



Aktivnost 3. Kako se možemo nositi s gubitkom

Cilj učenja

Određiti strategije prevladavanja gubitka.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

odabrati ponašanja koja će mi pomoći da prevladam osobni gubitak.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Papir, kutija za „pisma“, radni listić *Priča o gubitku*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču *Thor* ili je ponovno ispričajte.
3. Zatim zamolite djecu da se prisjete osobe koju poznaju, a koja je doživjela neku vrstu gubitka. Recite im da probaju zamisliti da su ona ta osoba i da napišu pismo nepoznatom prijatelju. Mogu početi sa *Dragi nepoznati prijatelju, ja sam...* Recite im da je važno opisati zbog čega je to iskustvo bilo tako teško, što je osoba pokušala i što joj je pomoglo da se suoči s gubitkom. Mogu raditi samostalno ili u paru.
4. Kada sva djeca napišu pismo, uzmite kutiju koju ste unaprijed pripremili i recite im da će sva pisma poštom otići jednom mudrom starcu koji sjedi na vrhu planine. Neka svako dijete (ili par, ako su pisma pisana u paru) iz kutije izabere jedno pismo (provjerite - važno je da nitko ne dobije svoje). Recite im da su pisma upravo došla do vrlo mudre osobe, koja će sve pažljivo pročitati i na poledini papira odgovoriti na pismo.
5. Kada svi budu gotovi s pisanjem odgovora zamolite ih da pismo preklope tako da se s vanjske strane vidi rukopis onoga tko je pismo pisao. Neka sve stave na jedno mjesto (to će biti improvizirani poštanski ured) i neka vlasnici pisama pronađu svoje i pročitaju odgovor koji su dobili.
6. Potaknite djecu koja žele da pred razredom pročitaju svoja pisma i komentiraju poruku koju su dobila. Razgovarajte s djecom o strategijama za suočavanje s gubitkom.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i potaknite ih da osmisle priču u kojoj opisuju neki vlastiti gubitak. Djeca mogu po svojem izboru prikazati priču crtežima ili slikama, ili je mogu napisati.



PRIČA O GUBITKU

Pomozite djetetu da ispriča priču o gubitku koji je sam/a doživio/doživjela ili o gubitku osobe koju poznaje. Dijete može priču prikazati crtežima ili slikama, ili je može napisati.



Cjelina 3. suočavanje s promjenama

Na kraju ove cjeline djeca će moći:

- tražiti podršku važnih osoba radi suočavanja s promjenama
- odrediti i govoriti o dosadašnjim promjenama u svojem životu
- opisati svoje težnje i snove vezane uz budućnost s obzirom na životne promjene.

Aktivnost 1. Mogu i hoću bolje

Cilj učenja

Tražiti podršku važnih osoba radi suočavanja s promjenama.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

naći osobu koja će mi pomoći kad mi se dogodi neka promjena.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, prazni papiri A3 za plakate, pribor za pisanje i crtanje, radni listić *Izvor podrške*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču iz aktivnosti za mlađu osnovnoškolsku dob *Vidra koja se voljela držati za ruke* autora Heidi i Daniela Howartha¹⁵ i ponovno je pročitajte koristeći se pri tome lutkama za ruku ili prste.

Vidra koja se voljela držati za ruke

Svake večeri kada pođu na spavanje, svi u Otovoj obitelji vidri drže se za ruke kako ne bi otplutali. A svako jutro, kada se probude, ponovno puste ruke. Svi, osim malenoga Ota. Ota je zabrinjavalo plivanje. Zabrinjavalo ga je i ronjenje, a strahovao je i da će se izgubiti. No ponajviše se bojao biti sam. Svako jutro mama bi mu rekla: „Oto, molim te, pusti mi ruku. Ne mogu ništa napraviti ako me držiš za ruku!“

Ali Oto je odmahivao glavom. Nije ju želio pustiti. „Ne znam plivati!“ zacvilio bi i nastavio

¹⁵ Izvor: <http://klokanica.24sata.hr/jaslicka-dob/igra-i-zabava/prekrasna-prica-za-laku-noc-za-djecu-koja-se-boje-odvajanja-3047#>

se držati za mamu. Znao je da će plutati, ali pomisao da se pusti svejedno ga je plašila. Što ako otpluta niz rijeku? „Možeš ti to“, nježno ga je uvjerala mama. Ali Oto je odmahivao glavom. Nije se želio pustiti.

Druga mladunčad vidri uživala je igrajući se, loveći se i prskajući se. Oto im se jako želio pridružiti, ali jednostavno nije se usudio pustiti mamu i tatu. „Pođi se igrati“, rekao mu je tata. „Ja ću te paziti odavde.“ Ali Oto je odmahivao glavom. Nije ga želio pustiti. „Bojim se!“ plakao je. „Nemoj me pustiti!“ molio je Oto mamu dok je ona pokušavala otvoriti školjku.

„Ali tu sam za tebe“, mama je uzdahnula. No Oto je nikako nije puštao. Mama i školjka su se trzale i ljuljale dok ju je Oto i dalje grčevito držao. Kad je mama konačno otvorila školjku, Oto je ugledao predivan, sjajni biser koji je blistao u njoj.

„Prekrasan je“, reče Oto. „Ooo, pogledaj! U školjci je vidra baš nalik na mene!“ Pružio je ruke prema malenoj vidri u biseru i odjednom, i prije nego što je to shvatio... u svojim je rukama držao prekrasni biser. Oto je ugledao radosnu vidru kako sama pluta.... i onda je shvatio da je to on!

„Tako smo ponosni na tebe!“ rekla je mama. „Bravo, Oto!“ uzviknuo je tata.

„Pustio sam se!“ viknuo je Oto. „Sam plutam i dobro sam!“

„Huuraa! Dođi i igray se s nama!“ pozvale su ga druge male vidre.

I sada, svaki dan, Oto prska i pliva i igra se sa svojim prijateljima. On je jedna jako sretna malena vidra. Ali i dalje se veseli noći, kada se on i njegova obitelj prime za ruke i pođu na počinak.

3. Razgovarajte s djecom o priči pitajući ih sljedeća pitanja:
 - Što je Oto radio kako bi se osjećao sigurno i zaštićeno?
 - Što ga je na to potaklo?
 - Je li bio zadovoljan sobom?
 - Kako je prevladao nesigurnost?
 - Je li bio zadovoljan nastalom promjenom?
4. Povežite zatim priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:
 - Poznajete li nekoga tko se nije usudio napraviti nešto što su ostali radili bez teškoća?
 - U čemu je bio problem te osobe?
 - Kako se osjećala?
 - Što je tada radila?
 - Je li joj netko pomogao da prevlada taj osjećaj i doživi promjenu?
5. Podijelite djecu u nekoliko skupina od 4 do 5 članova. Dajte im prazne papire za plakate i predložite im da na njima prikažu proces promjene. Pomozite im na način da im kažete da je svaka promjena popraćena svojevrsnom neizvjesnošću. Potaknite ih da na plakatima predstave različite strategije koje im mogu pomoći u prevladavanju toga osjećaja. Ako netko želi, neka na plakatu predstavi osobno iskustvo.
6. Završite aktivnost tako da svaka skupina predstavi svoj plakat.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i predložite im da s roditeljima razgovaraju o tome tko je sve roditeljima pomogao kad su bili suočeni s nekim životnim promjenama. Neka se prisjete svojih tadašnjih misli, osjećaja i ponašanja. Mogu zajednički napraviti popis osoba na koje su se oslanjali i napraviti popis osoba na koje se sad djeca mogu osloniti.

**IZVOR PODRŠKE**

Razgovarajte sa svojim djetetom o tome tko vam je sve pomogao kad ste bili suočeni s nekim životnim promjenama. Recite im što ste tada osjećali, mislili i radili. Možete zajednički napraviti popis osoba na koje ste se oslanjali i napraviti popis osoba na koje se sad može osloniti vaše dijete.

TKO MI JE SVE POMOGAO?	TKO MOŽE POMOĆI MOJEMU DJETETU?



Aktivnost 2. Ja: prije i sada

Cilj učenja

Odrediti i podijeliti s drugima dosadašnje promjene u svojem životu.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati i razgovarati o dosadašnjim promjenama u mojem životu.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Radni listić *Prije i sada*, radni listić *Sadašnjost - budućnost*, pastele, flomasteri



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite radne listiće *Prije i sada* i zamolite djecu da se sjete kakvi su bili kad su bili u prvom razredu osnovne škole.
3. Zamolite ih da na vrhu radnog listića opišu ili nacrtaju kako pamte sebe u prvom razredu.
4. Zatim ih zamolite da ispune drugi dio radnog listića, gdje će opisati ili nacrtati kako sada doživljavaju sebe. Na kraju, zamolite djecu da u krugu pokažu što su napravili.
5. Kako biste produbili razgovor o ovoj temi, pitajte djecu sljedeće:
 - Jeste li se promijenili tijekom zadnjih nekoliko godina?
 - Kako?
 - Možete li opisati kako se promijenilo vaše tijelo?
 - Možete li opisati kako se promijenio vaš karakter?
 - Po čemu ste sada bolji nego prije? Kako ste se mijenjali tijekom rasta i razvoja?
6. Prikupite sve odgovore na jedan plakat i naglasite da odrastanje ima važnu ulogu u životu djece.



Potaknite djecu da s roditeljima ispune radni listić *Sadašnjost - budućnost* i da razmisle o svojim željama i aspiracijama u vezi sa svojom budućnosti te što mogu poduzeti kako bi ih ostvarili.

PRIJE I SADA

Opiši kakav si bio/bila prije nekoliko godina dok si bio/bila u prvom razredu te kakav/kakva si sada. Razmisli o svim promjenama koje su ti se dogodile tijekom nekoliko prošlih godina.

**PRIJE SAM BIO/BILA...****SADA SAM ...**



SADAŠNJOST



BUDUĆNOST

U školi smo razgovarali o životnim promjenama. Potaknite dijete da razmisli o svojim željama i aspiracijama u vezi sa svojom budućnosti te što ono može poduzeti kako bi ih ostvarilo. Pomozite mu da u pojedine rubrike upiše korake koje treba poduzeti da bi ostvarilo svoje ciljeve za budućnost.





Aktivnost 3. Moja budućnost

Cilj učenja

Opisati svoje želje i snove za budućnost s obzirom na životne promjene.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati koje ću promjene možda doživjeti dok planiram svoju budućnost.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Radni listić *Moja budućnost* - ikone, plakat, pastele, radni listić za roditelje *Suočavanje s poteškoćama*





1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Dok su okupljeni u krugu, pokažite djeci ikone s radnog listića *Moja budućnost*.
3. Zamolite djecu da zamisle sebe u budućnosti te da odaberu ikone koje prikazuju njihovu budućnost. Ako neki djeca ne mogu pronaći zadovoljavajuću ikonu, potaknite ih da je sami nacrtaju.
4. Kada su sva djeca odabrala svoje ikone, zamolite ih da ih pokažu jedni drugima i da objasne zašto su odabrali baš njih. Potaknite ih pitanjima:
 - Dok gledate ikone koje ste odabrali, kako zamišljate svoju budućnost?
 - Što mislite, s kojim ćete se poteškoćama morati suočiti da biste ostvarili ciljeve koje ste opisali?
 - Koje vještine i talente imate koji bi vam mogli pomoći da ostvarite svoje ciljeve?
5. Prikupite sve odgovore na jedan plakat.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i potaknite ih da zamole roditelje da im opišu situaciju iz svojega života kada su morali svladati neku poteškoću da bi ostvarili neki njima važan cilj. Roditelji trebaju opisati kako su svladali tu poteškoću, a zatim djeca to trebaju prikazati crtežom ili napisati priču o tome.

MOJA BUDUĆNOST - IKONE







SUOČAVANJE S POTEŠKOĆAMA

Dijete će vas zamoliti da mu opišete situaciju iz svojega života kada ste morali svladati neku poteškoću da biste ostvarili neki vama važan cilj. Nakon što razgovarate o tome, potaknite dijete da to prikaže crtežom ili napiše priču o tome.

A large, empty rectangular area defined by a dashed orange border, intended for a child to draw or write a story.

Evaluacijski listić učitelja/ice

Ime i prezime djeteta: _____	0: Nije primijećeno /ne primjenjuje se 1: Usvaja
Datum popunjavanja: _____	2: Postignuto 3: Trajno uspostavljeno

Upute: Popunite listu za svako dijete kada završite **Temu 6. Pretvaranje izazova u prilike.**

6. PRETVARANJE IZAZOVA U PRILIKE	
6.1. SUOČAVANJE S NEDAĆAMA I SUKOBIMA	Razina 0,1,2 ili 3
6.1.1. Suočavanje s nepravdom	
6.1.1.O. ¹⁶ Dijete može opisati i izraziti osjećaje i misli prilikom suočavanja s diskriminacijom i nepravdom.	
6.1.1.S. Dijete može sagledati diskriminaciju i nepravdu iz drugoga kuta.	
6.1.1.N. Dijete može izraditi plan djelovanja za suočavanje s diskriminacijom i nepravdom.	
6.1.2. Suočavanje s teškoćama	
6.1.2.O. Dijete može opisati i izraziti misli i osjećaje prilikom suočavanja s teškoćama.	
6.1.2.S. Dijete može sagledati teškoću iz drugoga kuta koristeći pozitivan samogovor.	
6.1.2.N. Dijete može pripremiti plan djelovanja za suočavanje s teškoćama.	
6.1.3. Suočavanje sa sukobima	
6.1.3.O. Dijete može razgovarati o sukobima iz perspektive promatrača.	
6.1.3.S. Dijete može razlikovati uobičajene sukobe među djecom od nasilnoga ponašanja.	
6.1.3.N. Dijete može opisati ulogu i odgovornost promatrača u situacijama vršnjačkoga nasilja.	

6.2. SUOČAVANJE S GUBITKOM I PRIHVAĆANJE PROMJENA	
6.2.1. Suočavanje s odbacivanjem	
6.2.1.O. Dijete može izraziti misli i osjećaje vezane uz doživljaj odbačenosti.	
6.2.1.S. Dijete može pružiti podršku vršnjacima koji su suočeni s odbacivanjem.	
6.2.1.N. Dijete može zauzeti se za sebe kad je samo/a suočena s odbacivanjem.	
6.2.2. Suočavanje s gubitkom	
6.2.2.O. Dijete može prepoznati mogućnosti povezivanja sa stvarima i osobama koje više nisu uz njega/nju.	
6.2.2.S. Dijete može razumjeti različite načine na koje se djeca nose s gubitkom.	

16 O = Osnovna razina, S= Srednja razina, N = Napredna razina




6.2.2.N Dijete može odrediti strategije prevladavanja gubitka.	
6.2.3. suočavanje s promjenama	
6.2.3.O Dijete može tražiti podršku važnih osoba radi suočavanja s promjenama.	
6.2.3.S Dijete može odrediti i podijeliti s drugima dosadašnje promjene u svojem životu.	
6.2.3.N Dijete može opisati svoje težnje i snove vezane uz budućnost s obzirom na životne promjene.	

Djetetove jake strane:























































Djetetove potrebe:

Razvojni ciljevi:































Djetetova samoprocjena

























Ime i prezime djeteta: _____	 Ne  Ponekad  Da
Datum popunjavanja: _____	

PRETVARANJE IZAZOVA U PRILIKE – SUOČAVANJE S NEDAĆAMA I SUKOBIMA

Suočavanje s nepravdom		
Označi lice koje te najbolje opisuje:	Mogu	Sviđa mi se
Mogu opisati i izraziti osjećaje i misli prilikom suočavanja s diskriminacijom i nepravdom.	  	  
Mogu opisati kako je nekome tko doživljava diskriminaciju i nepravdu.	  	  
Mogu osmisлити što treba učiniti prilikom suočavanja s diskriminacijom i nepravdom.	  	  
Suočavanje s teškoćama		
Mogu opisati i izraziti misli i osjećaje prilikom suočavanja s teškoćama.	  	  
Mogu sagledati teškoću iz drugoga kuta i koristiti pozitivan samogovor.	  	  
Mogu pripremiti plan djelovanja za uspješno suočavanje s teškoćama.	  	  
Suočavanje sa sukobima		
Mogu razgovarati o sukobima iz kuta promatrača.	  	  
Mogu razlikovati uobičajene sukobe među djecom od nasiloga ponašanja.	  	  
Mogu opisati ulogu i odgovornost promatrača u situacijama vršnjačkoga nasilja.	  	  

PRETVARANJE IZAZOVA U PRILIKE – SUOČAVANJE S GUBITKOM I PRIHVAĆANJE PROMJENA

Suočavanje s odbacivanjem		
Mogu izraziti misli i osjećaje vezane uz doživljaj odbačenosti.	  	  
Mogu pružiti podršku vršnjacima koji su suočeni s odbacivanjem.	  	  
Mogu se zauzeti se za sebe kad sam i sam/a suočena s odbacivanjem.	  	  
Suočavanje s gubitkom		
Mogu prepoznati mogućnosti povezivanja sa stvarima i osobama koje više nisu uz mene.	  	  
Mogu opisati različite načine na koje se djeca nose s gubitkom.	  	  

Mogu odabrati ponašanja koja će mi pomoći da prevladam gubitak.	  	  
Suočavanje s promjenama		
Mogu tražiti podršku važnih osoba radi suočavanja s promjenama.	  	  
Mogu odrediti i govoriti o dosadašnjim promjenama u svojem životu.	  	  
Mogu opisati koje ću promjene možda doživjeti u budućnosti.	  	  

Svidjelo mi se učiti o:

Htio/htjela bih poboljšati:

Literatura

- Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Berkman, L., Glass, T., Brissette, I., & Seeman, T. (2000). From social integration to health: Durkheim in the new millennium. *Social Science & Medicine*, 51 (6), 843-857.
- Bernard, B. (2004). *Resiliency: What we have learned*. San Francisco: WestEd.
- Breadekamp, S. & Copple, C. (1997). *Developmentally appropriate practice in early childhood Programs*. Washington, DC: National Association for the Education of Young Children.
- Dockett, S. & Perry, B. (2007). *Starting School: Perceptions, expectations and experiences*. Sydney: UNSW Press.
- Doll, B., Brehm, K., & Zucker, S. (2004). *Resilient classrooms: Creating healthy environments for learning*. New York, NY: Guilford Press.
- Frederickson, B.L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden – and – build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56 (3): 218-226.
- Gasser, L., & Malti, T. (2012). Children's and their friends' moral reasoning: Relations with aggressive behavior. *International Journal of Behavioral Development*, 36 (5), 358–366.
- Grover, S. (2005). Advocacy by children as a causal factor in promoting resilience. *Childhood*, 2 (4), 527-538.
- Munist, M., Santos, H., Katliarenco, M.A., Snárez, E.N., Infante, F. & Gotberg, E. (1998). *Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes*. Santiago de Chile: Organización Panamericana de la Salud.
- Newman, T. (2002). *Promoting resilience: a review of effective strategies for child care services*, Centre for Evidence Based Social Services, University of Exeter.
- Noble, T., & McGrath, H. (2008). The positive educational practices framework: A tool for facilitating the work of educational psychologists in promoting pupil well-being. *Educational and Child Psychology*, 30 (1), 43-65.
- Pedro-Carroll, J.L. (2001). The promotion of wellness in children and families in transition: Challenges and opportunities. *American Psychologist*, 56, 993-1004.
- Purkey, W.W. (1970). *Self Concept and School Achievement*. Englewood Cliffs N.J.: Prentice – Hall.
- Rogers, C.R. (1959). A Theory of Therapy, Personality and Interpersonal Relationships, as Developed in the Client-Centred Framework. U: S. Kock (ur.) *Psychology: A study of a Science*. Volume 3: Formulations of the Person and the Social Context. New York: McGraw-Hill (181-256).
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1992). Effects of optimism on psychological and physical well-being: The influence of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 16, 201–228.
- Seligman, M.E.P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfilment*. New York: Free Press.
- Seligman, M.E.P. (2006). *Learned Optimism: How to Change your Mind and your Life*. New York: First Vintage Books Edition.
- Snyder, C.R. (1994). *The psychology of hope: You can get there from here*. New York: Free Press.

Staub, E. & Vollhardt, J. (2008). Altruism Born of Suffering: The Roots of Caring and Helping After Victimization and Other Trauma. *American Journal of Orthopsychiatry*, 78 (3): 267-280.

United Nations Development Programme (2004). *Human Development Report 2004*. Cultural Liberty in Today's Diverse World.

Weiten, W., Dunn, D., & Hammer, E. (2012). *Psychology applied to modern life: adjustments in the 21st century*. Belmont, CA: Wadsworth.

Ideje za neke od predloženih aktivnosti autori/ce su našle u sljedećim publikacijama:

Bašić, J., Hudina, B., Koller-Trbović, N., Žižak, A. (1993): Integralna metoda. Zagreb: Alinea

Bićanić, J. (2001): Vježbanje životnih vještina, Zagreb: Alinea.

Miljević-Riđički, R., Maleš, D., Rijavec, M. (1999): Odgoj za razvoj. Zagreb: Naklada Slap i Ured UNICEF-a za Hrvatsku

Pregrad, J. (2007): Za sigurno i poticajno okruženje u školama – prevencija i borba protiv nasilja među djecom. Zagreb: Ured UNICEF-a za Hrvatsku.

Forum za slobodu odgoja (2014): Zbirka radionica Pokreni promjenu!, Zagreb: Forum za slobodu odgoja.

PRILOG 1. Opća deklaracija o ljudskim pravima (1948)

<p>Članak 1.: Sva se djeca rađaju slobodna i prema njima tako treba i postupati. Svi ljudi imaju razum i svijest i trebaju se dobronamjerno odnositi prema drugima.</p>	<p>Članak 11.: Svakoga se smatra nevinim sve dok mu se ne dokaže krivnja. Ako si optužen/a za nešto, imaš pravo na obranu. Nitko te nema pravo osuditi ili kazniti za nešto što nisi učinio/la.</p>	<p>Članak 19.: Imaš pravo misliti i reći što želiš i nitko ti to ne smije zabraniti. Imaš pravo sa svima dijeliti svoje ideje pa tako i s ljudima iz drugih zemalja.</p>
<p>Članak 2.: Svatko ima ova prava bez obzira na razlike u spolu, boji kože, jeziku, mišljenju, vjeroispovijesti, imovini, društvenome ili nacionalnome podrijetlu. Također, nije bitno je li zemlja u kojoj osoba živi neovisna ili nije.</p>	<p>Članak 12.: Imaš pravo tražiti zaštitu ako te netko pokuša klevetati, ući u tvoju kuću, otvarati tvoja pisma ili uznemiravati tebe ili tvoju obitelj bez dobrog razloga.</p>	<p>Članak 20.: Imaš pravo organizirati mirne skupove ili sudjelovati u njima. Nikoga se ne smije prisiliti da pripada nekoj skupini.</p>
<p>Članak 3.: Imaš pravo na život, slobodu i sigurnost.</p>	<p>Članak 13.: Imaš pravo slobodno se kretati u svojoj zemlji. Imaš pravo napustiti svoju zemlju i otići u drugu. Ako želiš, imaš se pravo vratiti u svoju zemlju.</p>	<p>Članak 21.: Imaš pravo sudjelovati u političkom životu svoje zemlje. To možeš činiti kao dio vlade ili biranjem političara koji imaju isto mišljenje kao i ti. Vlada se bira redovito, a glasanje se provodi u tajnosti. Imaš pravo glasati i svaki glas vrijedi jednako. Imaš jednako pravo kao i bilo tko drugi pristupiti javnoj službi.</p>
<p>Članak 4.: Nitko nema pravo postupati prema tebi kao prema svom robu niti ti imaš pravo tako postupati prema drugima.</p>	<p>Članak 14.: Ako te netko ugrožava, imaš pravo otići u drugu zemlju i ondje tražiti zaštitu. To pravo gubiš ako si ubio/la nekoga ili sam/a nisi poštovao/la što ovdje piše.</p>	<p>Članak 22.: Društvo u kojem živiš treba ti pomagati da se razvijaš i iskoristiš sve pogodnosti (kultura, posao, socijalna skrb) koje se nude tebi i drugim ljudima u tvojoj zemlji.</p>
<p>Članak 5.: Nitko te nema pravo podvrgnuti mučenju.</p>	<p>Članak 15.: Imaš pravo na državljanstvo i nitko te nema pravo spriječiti, bez dobrog razloga, da zatražiš državljanstvo druge zemlje, ako to želiš.</p>	<p>Članak 24.: Radni dan ne smije biti predug jer svatko ima pravo na odmor i na redoviti plaćeni dopust.</p>
<p>Članak 6.: Svugdje imaš pravo na jednaku pravnu zaštitu kao i sve druge osobe, gdje god se nalazio/la.</p>	<p>Članak 16.: Punoljetne osobe imaju pravo stupati u brak i osnivati obitelj bez obzira na njihovu boju kože, podrijetlo, ili vjeroispovijest. Muškarci i žene imaju jednaka prava u braku ili u razvodu. Nitko nema pravo prisiliti drugu osobu na brak. Vlada tvoje zemlje treba štiti tvoju obitelj i članove tvoje obitelji.</p>	<p>Članak 25.: Imaš pravo na sve što je potrebno tebi i tvojoj obitelji da ne budete bolesni ili gladni, da imate odjeću i kuću, da primate pomoć ako ste nezaposleni, bolesni, stari, ako vam je preminuo bračni drug ili ako ne zarađujete dovoljno za život iz bilo kojeg razloga izvan vaše kontrole. Žene koje očekuju dijete kao i mala djeca imaju pravo na posebnu pomoć. Sva djeca imaju ista prava bez obzira na to jesu li rođena u braku ili ne.</p>
<p>Članak 7.: Pred zakonom svi su jednaki. Zakon se na sve primjenjuje jednako.</p>	<p>Članak 17.: Imaš pravo na imovinu i nitko ti je ne smije neopravdano oduzeti.</p>	
<p>Članak 8.: Imaš pravo tražiti pravnu pomoć kada su povrijeđena tvoja prava zajamčena zakonima tvoje zemlje.</p>	<p>Članak 18.: Imaš pravo slobodno ispovijedati svoju vjeru, promijeniti je i prakticirati je sam/a ili s drugim ljudima.</p>	
<p>Članak 9.: Nitko te nema pravo nepravedno ili bez dobrog razloga zatvoriti, držati te u zatvoru ili izgnati te iz tvoje zemlje.</p>		
<p>Članak 10.: Suđenje treba biti javno, a suci ne smiju dozvoliti da itko utječe na njih.</p>		

<p>Članak 26.: Svatko ima pravo na obrazovanje. Osnovna škola treba biti besplatna. Imaš pravo obrazovati se za neku profesiju ili nastaviti svoje školovanje koliko dugo želiš. U školi trebaš razvijati svoje talente i naučiti se slagati sa svima bez obzira na njihovu rasu, vjeroispovijest ili podrijetlo. Tvoji roditelji imaju pravo odabrati kako i što ćeš učiti u školi.</p>	<p>Članak 27.: Imaš pravo sudjelovati u umjetničkom ili znanstvenome životu svoje zajednice, kao i u ostalim pogodnostima koje postoje. Imaš pravo na zaštitu svojega umjetničkog, književnog ili znanstvenog rada kao i na korist koja proizlazi iz njega.</p> <p>Članak 28.: Da bi se tvoja prava poštovala, mora postojati „poredak“ koji ih štiti, na lokalnoj i međunarodnoj razini.</p>	<p>Članak 29.: Imaš obveze prema zajednici u kojoj je moguć cjelovit razvoj tvoje osobnosti. Zakoni trebaju jamčiti ljudska prava i osiguravati da se svatko poštuje.</p> <p>Članak 30.: Ni jedno društvo ni pojedinac ne smije postupati na način koji bi dokinuo prava o kojima si upravo čitao/la.</p>
---	---	---

PRILOG 2. Konvencija o pravima djeteta (1989)

<p>Članak 1. Svatko mlađi od 18 ima ova prava.</p> <p>Članak 2. Sva djeca imaju ova prava bez obzira na to tko su, gdje žive, što rade njihovi roditelji, kojim jezikom govore, koje su vjere, jesu li dječak ili djevojčica, koja je njihova kultura, imaju li neki invaliditet, jesu li bogata ili siromašna. Ne smije se postupati nepravedno ni prema jednom djetetu ni na kojoj osnovi.</p> <p>Članak 3. Svi odrasli trebaju činiti ono što je najbolje za tebe. Kada odrasli odlučuju, trebaju razmisliti kako će njihove odluke utjecati na djecu.</p> <p>Članak 4. Vlada ima odgovornost osigurati zaštitu tvojih prava. Ona mora pomoći tvojoj obitelji da štiti tvoja prava i stvara okolinu u kojoj ti možeš rasti i ostvarivati svoj potencijal.</p> <p>Članak 5. Tvoja obitelj ima odgovornost naučiti te kako ostvariti svoja prava i osigurati da se tvoja prava poštuju.</p> <p>Članak 6. Imaš pravo na život.</p> <p>Članak 7. Imaš pravo na ime i vlada treba službeno priznati tvoje ime. Imaš pravo na državljanstvo (pravo da pripadaš nekoj zemlji).</p> <p>Članak 8. Imaš pravo na identitet – službeni zapis tko si ti. Nitko ti to ne smije oduzeti.</p> <p>Članak 9. Imaš pravo živjeti sa svojim roditeljima (roditeljem), osim ako to nije u tvom interesu. Imaš pravo živjeti s obitelji koje se brine o tebi.</p> <p>Članak 10. Ako živiš u zemlji različitoj od zemlje tvojih roditelja, imaš pravo biti s njima na istom mjestu.</p> <p>Članak 11. Imaš pravo na zaštitu od otmice.</p>	<p>Članak 12. Imaš pravo na izražavanje svojega mišljenja i pravo da te odrasli saslušaju i shvate ozbiljno.</p> <p>Članak 13. Imaš pravo saznati informacije i izraziti svoje mišljenje kroz razgovor, crtež, pismo ili bilo koji drugi način, osim u slučaju kada to škodi drugim ljudima ili ih vrijeđa.</p> <p>Članak 14. Imaš pravo odabrati svoju vjeru i uvjerenja. Tvoji roditelji trebaju ti pomoći da odlučiš što je dobro, a što nije i što je najbolje za tebe.</p> <p>Članak 15. Imaš pravo odabrati svoje prijatelje, pridružiti se nekoj skupini ili osnovati vlastitu skupinu, pod uvjetom da to ne škodi drugima.</p> <p>Članak 16. Imaš pravo na privatnost.</p> <p>Članak 17. Imaš pravo na radiju, u novinama, knjigama, na internetu i drugim izvorima dobiti informaciju koja je važna za tvoju dobrobit. Odrasli trebaju osigurati da informacije koje dobivaš nisu štetne i pomoći ti da pronađeš i razumiješ informacije koje su ti potrebne.</p> <p>Članak 18. Imaš pravo da te odgajaju tvoji roditelji, ako je to moguće.</p> <p>Članak 19. Imaš pravo biti zaštićen/a od ozljeđivanja i lošega postupanja u tjelesnom ili duševnom smislu.</p> <p>Članak 20. Imaš pravo na posebnu skrb i pomoć ako ne možeš živjeti sa svojim roditeljima.</p> <p>Članak 21. Imaš pravo na skrb i zaštitu ako si posvojen/a ili živiš u udomiteljskoj obitelji.</p>	<p>Članak 22. Imaš pravo na posebnu zaštitu i pomoć ako si izbjeglica (ako su te prisilili da napustiš svoj dom i živiš u drugoj zemlji), uz sva ostala prava ove Konvencije.</p> <p>Članak 23. Imaš pravo na posebno obrazovanje i skrb ako imaš invaliditet, uz sva ostala prava ove Konvencije, tako da možeš živjeti ispunjen život.</p> <p>Članak 24. Imaš pravo na najbolju moguću zdravstvenu skrb, sigurnu vodu za piće, hranjivu prehranu, čist i siguran okoliš i informacije koje su korisne za tvoju dobrobit.</p> <p>Članak 25. Ako živiš pod nadzorom ili u drugim okolnostima izvan svojega doma, imaš pravo da se tvoji životni uvjeti redovito provjeravaju kako bi se utvrdila njihova prikladnost.</p> <p>Članak 26. Imaš pravo na pomoć vlade ako si siromašan/na ili potrebit/a.</p> <p>Članak 27. Imaš pravo na hranu, odjeću, sigurno mjesto za život i ispunjenje osnovnih potreba. Ne bi trebao biti u nepovoljnom položaju pa da ne možeš činiti mnoge stvari koje druga djeca mogu.</p> <p>Članak 28. Imaš pravo na kvalitetno obrazovanje. Treba te poticati da se obrazuješ najviše što možeš, u skladu s tvojim sposobnostima.</p> <p>Članak 29. Tvoje obrazovanje ti treba pomoći da koristiš i razvijaš svoje talente i sposobnosti. Također ti treba pomoći da naučiš živjeti u miru, štitiš okoliš i poštovati druge ljude.</p> <p>Članak 30. Imaš pravo prakticirati vlastitu kulturu, jezik i vjeru – ili odabrati što želiš prakticirati. Manjine i starosjedioci trebaju posebnu zaštitu ovoga prava.</p> <p>Članak 31. Imaš pravo na igru i odmor.</p>
--	---	---

<p>Članak 32. Imaš pravo na zaštitu od rada koji škodi tebi, tvojemu zdravlju ili obrazovanju. Ako radiš, imaš pravo na sigurne uvjete i poštenu plaću.</p> <p>Članak 33. Imaš pravo na zaštitu od štetnih droga i trgovine drogom.</p> <p>Članak 34. Imaš pravo na zaštitu od spolnoga zlostavljanja.</p> <p>Članak 35. Nitko te ne smije oti ili prodati.</p> <p>Članak 36. Imaš pravo na zaštitu od bilo kakvoga izrabljivanja (iskorištavanja).</p>	<p>Članak 37. Nitko te ne smije kažnjavati na okrutan ili štetan način.</p> <p>Članak 38. Imaš pravo na zaštitu od rata. Djeca ispod 15 godina ne mogu biti prisiljena da sudjeluju u ratu ili da se priključe vojsci.</p> <p>Članak 39. Imaš pravo na pomoć u slučaju ozljede, zanemarivanja ili lošega postupanja.</p> <p>Članak 40. Imaš pravo na pravnu pomoć i poštovanje tvojih prava i pošteno postupanje prema tebi od strane pravnoga sustava.</p>	<p>Članak 41. Ako zakoni tvoje zemlje pružaju bolju zaštitu tvojih prava nego članci ove Konvencije, onda se primjenjuju ti zakoni.</p> <p>Članak 42. Imaš pravo znati koja su tvoja prava! Odrasli trebaju znati o tim pravima i pomagati tebi da ih i ti naučiš.</p> <p>Članci 43. do 54.: Ovi članci govore o tome kako vlade i međunarodne organizacije poput UNICEFa rade na tome da osiguraju zaštitu dječjih prava.</p>
--	---	---

DJEČJA PRAVA I ODGOVORNOSTI





Tjedan za tjednom djeca su dolazila iščekujući da će nastaviti tamo gdje su Zelda i Sherlock stali! Aktivnosti su išle jako dobro, zabavno i uzbudljivo. Bilo je zanimljivo gledati kako djeca "rastu". Nema zlatnog recepta za razvoj otpornosti u djece, ali sigurna sam da je ovaj kurikulum dobar način.

Učiteljica

Naučio sam da prepreka može postati prilika.
Naučila sam kako se smireno ponašati i da se ne ljutim na druge.
Program mi se svidio jer smo učili kako misliti na pozitivan način.

Učenici osnovne škole

RESCUR se temelji na širokom znanju praktičara i istraživača. Materijali su pažljivo osmišljeni kako bi bili privlačni i približili se unutarnjem svijetu djeteta kroz priče, glazbu, poeziju, glumu i umjetnost, koristeći pritom različite i maštovite načine poput usmjeravanja pažnje, pričanja priča, crtanja, stripova, različitih aktivnosti, igranja uloga, aktivnosti kod kuće te, što je najbolje, očaravajućim ilustriranim likovima – Zeldom i Sherlockom. Djeci se nude brojne prilike za istraživanje različitih rješenja svakodnevnih problema i raspravu o složenim društvenim, moralnim i etičkim pitanjima s kojima će se svi susretati u životu, a kroz primjere modela koji demonstriraju snagu otpornosti u suočavanju s nedaćama.

Prof. Helen Cowie, Sveučilište Surrey, UK

RESCUR je vrlo obećavajući i svakako nužan odgovor društvenim, kulturalnim i ekonomskim izazovima s kojima se u današnje vrijeme suočavaju mnoga djeca u Europi. Ovaj kurikulum nudi prevenciju i ranu intervenciju koja promiče pozitivna ponašanja, omogućuje akademsko obogaćenje i ističe važnost školovanja i kvalitetnog obrazovanja. Za djecu koji su pod većim rizikom društvenog i akademskog neuspjeha RESCUR pruža „sigurnosnu mrežu“ kako bi se izbjeglo da „propadnu kroz pukotine“.

Prof. Maria Poulou, Sveučilište u Patrasu, Grčka

Konačno sveobuhvatan pristup promicanju otpornosti predškolske i osnovnoškolske djece koji je ujedno i kulturalno osjetljiv te koristan u različitim okruženjima. Nakon opsežnog terenskog ispitivanja, teme u sklopu RESCUR-a mogu pomoći svojoj djeci da razviju vještine potrebne za suočavanje s problemima. Štoviše, RESCUR će posebice biti koristan djeci koja odrastaju u nepovoljnom okruženju, pružajući im vještine rješavanja problema i socijalne vještine potrebne da razviju i održe mrežu brige i potpore.

Prof. Michael Ungar, Sveučilište Dalhousie, Kanada



www.rescur.eu www.um.edu.mt/cres/publications/rescur