

Модул 2.
В пълно съзнание за
другия

Общо умение
Социална осъзнатост

Специфично умение
Просоциално поведение

ГЛЕДАЙ, ПОПИТАЙ, ПОМОГНИ

Днес ще се науча...

Да забелязвам, когато някой се нуждае от помощ.

Ще имаме нужда от...

- Две кукли, които учителят е направил преди часа
- Цветни моливи или пастели

План на урока

1 Въведение

Има неща, които не можем да направим сами. Ако трябва да вдигнем много тежък кашон, а не можем, би било по-лесно да потърсим помощ. Ако трябва да достигнем книга на горния рафт в библиотеката, ще бъде по-лесно, ако някой по-висок ни помогне. Спомняте ли си за случай, в който сте имали нужда от помощ?



Изслушайте учениците.

Както ние имаме нужда от помощ, понякога и нашите приятели и съученици също се нуждаят от нашата помощ.

- Някога помагали ли сте на съучениците си? Как им помогнахте?
- Какво стана, когато им помогнахте?
- Защо според вас е важно да помагаме на другите?

Днес ще упражним как и кога да предлагаме помощта си на другите.

2 Същина



Представете куклите Иванчо и Ваня. Накратко представете следните две ситуации: едната, в която Ваня има нужда от помощ и Иванчо предлага да ѝ помогне, а другата, в която Иван ѝ предлага помощ, но Ваня не се нуждае от нея. Вижте пример по-долу:

Част първа:

Ваня върви напред-назад, превъзбудена и се оглежда, питайки:
– Къде е? Къде е? Къде е?

Иванчо: – Здравсти, Ваня. Какво търсиш?

Ваня: – Здравей, Иванчо. Търся си чорапа, но не мога да го намеря и вече закъснявам за училище.

Иванчо: – Искаш ли да помогна?

Ваня: – Да, моля те, помогни ми.

И двамата започват да търсят на различни места, докато Иванчо не го намира.

Иванчо: – Намерих го!

Ваня: – Наистина ли? Много ти благодаря, Иванчо! Сега вече мога да отида на училище!



След тази ситуация задайте следните въпроси и изслушайте своите ученици:

- Как разбра Иванчо, че Ваня е загубила нещо?
- Какво прави Иванчо, когато я вижда да го търси?
- Какви емоции мислите, че изпитва Ваня, когато Иванчо предлага да ѝ помогне?
- Какви емоции според вас изпитва Иванчо, когато намира чорапа на Ваня?
- Какво би станало, ако Иванчо не ѝ беше помогнал?

Част втора:

На следващия ден Ваня изглежда много щастлива. Тананика си песен, докато се концентрира върху нещо.

Джон: – Здравсти, Ваня. – Какво правиш?

Ваня: – Здравей, Иванчо! Рисувам нещо за майка.

Джон: – Дай един пастел. Ще ти помогна! (*пристъпва към Ваня*).

Ваня: – Благодаря, Иванчо, но нямам нужда от помощ.

Джон: – Сигурна ли си? Как така?

Ваня: – Защото обичам да рисувам и искам майка ми да види, че съм я нарисувала сам самичка.

Джон: – Добре. Може и аз на рисувам нещо за майка.

Ваня: – Добра идея!



След тази ситуация задайте следните въпроси и изслушайте своите ученици:

- Какво беше различно този път?
Възможен отговор: Ваня изглежда щастлива, докато рисува, а Иванчо иска да ѝ помогне.
- Този път какво не прави Иванчо, за разлика от предишния?
Възможен отговор: Не я пита дали има нужда от помощ.
- Защо мислите, че Ваня не приема помощта му?
Възможен отговор: Защото наистина няма нужда от нея.

Историята на Иванчо и Ваня е идеална за научаване на трите „Закон за помощта“: Гледай, попитай и помогни. Сега отворете работните си тетрадки (вж. Материалите за ученици). Там ще намерите картинка, показваща всеки от ключовите закони.



Обяснете трите закона, както следва:

1. Гледам през въображаемия си бинокъл и виждам дали някой се нуждае от помощ (можете да поставите ръце до очите си сякаш гледате през въображаем бинокъл).
2. Първо трябва да попитам дали някой има нужда от моята помощ и как мога му помогна.
3. Ако отговорът е:
 - „Да“: Чудесно! Да се захващаме за работа!
 - „Не“: Чудесно! Разбирам, че този човек няма нужда от моята помощ в момента.

Нека учениците оцветят всяка картинка, като използват различни цветове. След това ги подканете да повторят всеки от законите: 1) гледай; 2) попитай; и 3) помогни.

По двойки, представете ситуация, при която един от вас пада и се нуждае от помощ, а другият упражнява „Законите за помощта“. Намерете си съученик, с когото да работите.



Ако се налага, в началото направете показно с помощта на ученици по желание. Дайте им няколко минути. Разходете се, за да проконтролирате какво представят. Не се намесвайте.

А сега си разменете ролите и изберете различна ситуация.



Дайте им няколко минути. Разходете се, за да проконтролирате какво представят. Не се намесвайте.

Да се съберем:

- Как се почувствахте, когато помогнахте на съученика си?
- Как се почувствахте, когато получихте помощ?

3 Обобщение

Днес научихме трите закона за това как да помагаме на приятелите си по-добре. Вече ще се опитваме да сме по-наблюдателни, за да забелязваме, дали някой се нуждае от помощта ни.

- Защо според вас е важно да питаме, преди да предложим своята помощ?

Когато помагаме на нашите приятели и съученици, ние не само ги караме да се чувстват по-добре, но и самите ние се чувстваме добре, защото сме успели да им помогнем да решат проблемите си. Важно е да помним, че получаването на помощ от другите е нещо много специално, но хората не винаги искат или се нуждаят от нашата помощ. Ето защо е добре първо да ги попитате.

Материали за ученици

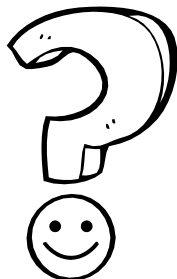
Законите за помощта

1



ГЛЕДАЙ

2



ПОПИТАЙ

3



ПОМОГНИ

Концепции, съвети и често задавани въпроси

1 Основни концепции

Просоциално поведение: Доброволни действия, с намерение да се помогне на друго лице или група или в тяхна полза (Eisenberg & Mussen, 1989).

Социална осъзнатост: Способността да приемаме гледната точка и да емпатизираме на другите хора от различни среди и култури, да разбираме социалните и етичните норми за поведение и да признаваме семейните, училищните и обществените ресурси и подкрепа (CASEL, 2015).

2 Съвети за учители и родители

- Въпреки че децата могат да имат различни нива на мотивация, що се отнася до включването им в просоциално поведение, важно е ние, възрастните, да се опитаме да им дадем възможности и да ги насърчим да практикуват такова поведение. Колкото повече шансове имат да видят положителните социални последици у другите и себе си, когато участват в просоциални действия, толкова по-мотивирани ще се чувстват да повторят това поведение. Например, можете да им помогнете да идентифицират ситуации, в които биха могли да подадат ръка, да ги насърчите да предлагат помощ на други, които могат да се нуждаят от нея, да ги помолите за помощ, когато имате нужда от нея, и да им благодарите за подкрепата.
- Тъй като ние, възрастните, трябва да даваме личен пример, важно е пред децата често да практикувате просоциално поведение с другите. Когато помагате на другите, служите за пример за вашите деца или ученици.
- Емпатията е умение, тясно свързано с просоциалното поведение. Поради тази причина подпомагането на децата да развият съпричастност е ефективен начин за насърчаване на тяхното просоциално поведение.
- Попитайте ги как се чувстват хората в ситуации, в които може да се нуждаят от помощ и как биха се почувствали, ако някой им помогне.

3 Често задавани въпроси

• Защо е важно да се насърчава просоциалното поведение?

Като възрастни по принцип повече се занимаваме да не допускаме децата да се държат зле или да нараняват другите и в крайна сметка прекарваме много време да ги обучаваме какво е неприемливо поведение. Макар това да е важно, стимулирането на положително поведение и насърчаването им да помагат на другите е мощна стратегия, да им покажете ползите от ангажирането им в просоциално поведение. Това може също така да подобри значително средата, както в класната стая, така и у дома.

• Кой е най-добрият начин за даване на обратна връзка относно просоциалното поведение при децата?

За разлика от други качества, когато искате да дадете положителна обратна връзка за просоциалното поведение, можете да подчертаете конкретното качество на децата, а не просто да коментирате поведението им. Ако едно момиченце например помага на друго за изпълнението на задачата му, можете да ѝ кажете: „Личи си, че наистина обичаш да помагаш“ или „Виждам, че ти харесва да караш другите да се чувстват по-добре“, а не просто „Браво, задето помогна на Иво“ или да ѝ дадете бонбон като награда за помощта. Изследванията показват, че предоставянето на обратна връзка за просоциалните качества като част от характера на децата увеличава повторното им проявление.