

Модул 3.  
В пълно съзнание за  
предизвикателствата  
пред нас

Общо умение  
Отговорно вземане на  
решения

Специфично умение  
Отговорност

## БЕЗ ИЗВИНЕНИЯ!

### Днес ще се науча...

Да поемам отговорност за грешките си, а не да си търся извинения

### Ще имаме нужда от...

- Листове хартия за записване на идеи
- Няколко кошчета за боклук

## План на урока

### 1 Въведение

Ще ви разкажа една история. Това е нещо, което се е случило с Йоан. Той е трябвало да предаде задание, което не бил направил, защото е бил прекалено зает да играе футбол. Когато пристигнал в училище и учителят го попитал за домашното, Йоан се уплашил и започнал да казва неща като: „Забравих го въкъщи“, „Направих го, но някой ми го открадна“, „Кълна се, че го направих, но сега не мога да го намеря.“ Търсел си е извинения.



Задайте следните въпроси и изслушайте своите ученици.

- Знаете ли какво представляват извиненията?
- Кога си търсим извинения?
- Позволяват ли ни извиненията да изпълним отговорностите си?
- Да разгледаме случая на Йоан. Каква е била неговата отговорност? Помогнали ли са му извиненията да си изпълни задълженията?

Днес ще говорим за това как да се отървем от извиненията си, за да можем да изпълним отговорностите си.

### 2 Същина

Как се справихте с целите, които си поставихте в часа по упоритост? Какъв напредък постигнахте? Какво ви остава да направите?



Изслушайте учениците.

- Помогна ли ви таблицата за наблюдение? Попълнихте ли я? За колко време?
- Успяхте ли да проявите постоянство? Защо?



Изслушайте учениците и запишете основните причини на дъската.

Много лесно е да попаднем в капана на това да не изпълним отговорностите си. Кои от тези причини са извинения?



Изслушайте учениците.

Всички правим грешки или не успяваме да изпълним отговорностите си в един или друг момент. Тези грешки могат да ни помогнат да се научим да се справяме по-добре, но не и извиненията. Вижте колко извинения бяха предложени когато разбрахме, че не сме използвали нашата таблица за наблюдение и не сме се приближили към постигането на целта, която си поставихме в часа по упоритост. Това може да се случи много пъти, както когато не изпълним домашно задание, когато се държим зле с някого или когато не изпълним домашните си задължения.

- Какви неща направихте, които НЕ ТРЯБВАШЕ да правите?
- Какви неща НЕ направихте, които ТРЯБВАШЕ да направите?



Изслушайте учениците и запишете основните им идеи на дъската.

Всеки от вас ще си избере едно от тези неща, които сте или не сте направили. Изберете това, което най-много искате да промените, тоест отговорността, която най-много искате да изпълните. Всички ли си избраха? Ако искате, може да я запишете на сигурно място, за да не я забравите.

Сега помислете за извиненията, които сте си намерили в тази ситуация, и запишете всяко от тях на лист хартия. Сетете се за поне три извинения, които сте си намерили в този момент. Например, ако съм се държал зле с някого, извиненията ми може да са: „Той пръв започна“, „Опита се да ме направи на глупак“, „Голяма работа“ или „Това ще го научи“. Ако не съм си предал домашното навреме, извиненията ми може да са: „Направих го, но хартията се скъса“, „Майка ми не ми го даде, за да го донеса“ или „Откраднаха ми го“.

Да помислим за едно от тези извинения. Например, „Ударих го, защото той пръв ме удари“ или „Казах й това, защото тя първа ме обиди“. Забележете, че дори това да е вярно, аз все още отговарям за това, че съм се държал зле с някого. Дори този човек да се е държал зле с мен, това не е основание и аз да се държа зле с него. От удара ми боли, независимо кой е започнал пръв. Думите ми са жестоки, дори някой друг да ме е обидил пръв. Да не попадаме в капана на търсене на извинения.



*Може да им дадете няколко примера на извинения, които Вие сте си намерили и ситуации, в които Вие сте правили грешки или не сте поели отговорност.*

Някои от тези извинения може да са верни. Например, може да сме на път към училище, да паднем и да съсипем някое домашно задание, или пък да вали дъжд и да нямаме време да го поправим. Но в други случаи, знаем, че сме могли да поемем отговорност, но си намираме извинения, които са преувеличени или неверни. Проблемът е, че тези извинения не ни помагат да си вземем поука. Какво можем да направим с тези извинения?



*Изслушайте учениците.*

Ще се отървем от тях и ще ги изхвърлим. Искам всички вие, едновременно, да прочетете извиненията, които написяхте на вашия лист хартия, да го смачкате и да го изхвърлите в най-близкото кошче за боклук.



*Изчакайте докато всички изхвърлят извиненията си.*

Сега, всички едновременно, кажете: „Без повече извинения!“  
Добре, сега се върнете по местата си. Ще помислим какви други неща можем да направим вместо да си търсим такива извинения. За какво се сещате? Какво можехме да направим по-добре или по различен начин?



*Изслушайте учениците и запишете основните им идеи на дъската.*

Измислихме много идеи и неща, които да направим! Сега всеки от вас ще си избере тези, които най-много му харесват и ще ги запишете на лист хартия. След като приключите, ще ги закачите ето там, като колаж. Това ще ни напомня за нашите отговорности и какво можем да направим, за да ги изпълняваме по-добре.



*Може да направите колажа, като използвате флипчарт, голям лист хартия или пространство на стената. Може да го оставите там, за да напомня на учениците какво са искали да направят когато не изпълняват отговорностите си.*

### 3. Обобщение

Днес говорихме за отговорностите ни.

- Как се чувствате, когато изпълнявате отговорностите си?
- Как се чувствате, когато не ги изпълнявате?
- Помагат ли ни извиненията да ги изпълняваме и да се чувстваме добре?

Когато не изпълняваме отговорностите си, се чувстваме зле и може да имаме проблеми. Днес измислихме тези идеи как да ги изпълняваме и да се отървем от всички извинения, които си намерим.

## Концепции, съвети и често задавани въпроси

### 1 Основни концепции

**Отговорност** Да отговаряш за собствените си действия и бездействия и последиците от тези действия и бездействия.

**Отговорно вземане на решения:** Да подбираме конструктивно и уважително личното си поведение и социалните си взаимодействия, като се съобразяваме с етичните стандарти, опасенията за безопасността, социалните норми, реалистичната оценка на последствията от различни действия и собственото ни благосъстояние и това на другите (CASEL, 2015).

За да помогнете на децата да развият чувството си за отговорност, важно е да им помогнете:

- Да разпознават своите отговорности, както в училище, така и у дома.
- Да разпознават извиненията, които всички ние можем да си намерим, когато не изпълним отговорностите си.
- Да открият неща, които можем да правим, за да се отървем от извиненията и да поемем отговорностите си.

### 2 Съвети за учители и родители

- Разгледайте общите отговорности на децата и по-специално отговорностите на Вашето дете или ученик. Можете заедно да направите списък.
- Помислете заедно с тях за случаи, когато тези отговорности не се изпълняват, и как се чувстваме, когато не направим нещо, което е трябвало да направим. Вместо да се карате на децата, че не са изпълнили отговорностите си, важно е да им помогнем да разберат смисъла от поемането на отговорности, за да могат да поемат този ангажимент сами, поради собствените си убеждения, а не просто заради страха да не бъдат наказани или желанието да получат награда.
- Говорете с тях за извиненията, които всички ние можем да си намерим, когато не изпълним отговорностите си. За тази цел, може да използвате истории за други деца или собствените си преживявания. Размишлявайте как извиненията ни пречат да поемем отговорностите си и как те могат да се окажат капан, който ни пречи да постигнем това, което искаме.
- Потърсете алтернативи на извиненията. Какво може да ни накара да се почувстваме по-добре или различно, така че да изпълним отговорностите си? Някои от тези алтернативи може да включват: изготвянето на по-добър план за това, което трябва да направим, по-добре да организираме времето си, винаги да се стараем да дадем най-доброто от себе си, да се извиним вместо да си намираме извинения, да помислим как да поправим вредата от стореното от нас и т.н.
- Създайте ред за почистване и вършене на домакинската работа. По този начин децата ще разберат, че има време за всичко и че от тях се очаква да помагат без да си намират извинения.

### 3. Често задавани въпроси

- **Защо е важна отговорността?** Развиването на чувство за отговорност ще помогне на децата по-добре да се приспособят към изискванията на заобикалящата ги среда, да изградят по-добри взаимоотношения с възрастните и да развият способности, които ще им помогнат да постигат целите си в бъдеще, както и да бъдат граждани, които осъзнават ролята си за тяхното собствено благополучие и това на другите.

- **Защо е важно да помислим за извиненията ни?**

Всички ние може да не успеем да изпълним отговорностите си в даден момент. В такива ситуации се появяват извиненията, за да ни помогнат да се почувстваме по-добре или да избегнем наказание. Извиненията ни лишават от сила и освобождават от отговорност. Вместо да поемем отговорност за грешките си, като се опитаме да подобрим или да поправим недостатъците си, извиненията не ни позволяват да поемем отговорност. Затова е много важно за нас да ги разпознаем и да се отървем от тях, така че да можем да постигнем това, което искаме, да изпълним отговорностите си и да имаме по-добри взаимоотношения с всички. Без извинения!

- **Защо може децата да не изпълняват отговорностите си и да продължат да си намират извинения?**

Може да има най-различни причини за такова поведение. Може да знаят, че ако не направят нещо, някой друг ще го направи, така че няма защо да полагат усилия. По-свободният подход не насърчава отговорността. Напротив, подобна среда изключително затруднява развиването на чувство за отговорност и винаги ще има извинения, от които е особено трудно да се отървем, тъй като децата никога не са поемали отговорностите си, защото другите винаги са го правели вместо тях. Авторитарната среда също не насърчава изграждането на чувство за отговорност, а по-скоро на послушание или страх от авторитетите. В такива случаи, извиненията ще се появят като начин на избягване на наказания, а страхът на децата от авторитаризма ще им попречи да се отърват от тези извинения и да поемат отговорност. Отговорността може да се развие по-добре в демократична среда, в която децата знаят, че са част от група (семейство или клас) и че трябва да сътрудничат, като изпълняват своите отговорности, така че всичко да функционира както трябва. В такава среда е възможно да се разпознаят извиненията, така че да можем да ги „изхвърлим“ и да изпълним отговорностите си.