

Модул 2.  
В пълно съзнание за другия

Общо умение  
Социална осъзнатост

Специфично умение  
Смяна на гледната точка

## ОТ ТВОЯТА ГЛЕДНА ТОЧКА

### Днес ще се науча...

Да разбирам какво се крие зад нечии действия

### Ще имаме нужда от...

Само нас самите.

## План на урока

### 1 Въведение

Всеки от нас има уникална гледна точка. Например, някога виждали ли сте облаците във формата на различни фигури? Какви фигури? Някога виждали ли сте нещо (като фигури в облаците) различно от това, което видял ваш приятел или роднина?



Изслушайте учениците.

Днес ще говорим за това.

### 2 Същина

Днес ще чуем за ситуации, в които двама човека може да мислят по много различен начин.

Като работим заедно ще се опитаме да разберем какво си мисли всеки от тях. Ще прочета една ситуация и после ще напиша имената на героите от двете страни на дъската. Първо ще застанем от дясната страна на стаята, а после – от лявата, за да се опитаме да разберем какво си мисли всеки от тях.



Прочетете на глас ситуациите, представени в таблицата по-долу, и напишете имената на героите от двете страни на дъската. После кажете на групата да застанат от дясната страна на стаята. Трябва да затворят очи за момент и да си представят, че са този герой; задайте им следните въпроси и изслушайте няколко отговора:

- Какво мислите, че си мисли \_\_\_\_\_?
- Какво мислите, че изпитва \_\_\_\_\_?
- Какво мислите, че би направил \_\_\_\_\_?



След това им кажете да застанат от лявата страна на стаята, да затворят очи и да си представят, че са другия герой. Задайте им отново същите въпроси и ги изслушайте.

Какво мислите, че си мисли... изпитва... би направил \_\_\_\_\_?

Ситуация, която четете на глас	Напишете името на героя от дясната страна на дъската	Напишете името на героя от лявата страна на дъската
Към Вас се приближава котка	Филип, който веднъж е бил ухапан лошо от котка	Фани, която никога не е била хапана от котка
Скоро ще бъдат публикувани резултатите от конкурс	Камелия, която не е участвала	Лора, която е спечелила конкурса
Мариана иска да яде шоколадов сладолед, но майка ѝ дава моркови	Мариана	Майка ѝ



След упражнението, задайте следните въпроси и изслушайте учениците.

- Какво се случи, когато сменихме страните?
- Защо героите мислят по различен начин в една и съща ситуация?

Когато са изправени пред една и съща ситуация, хората може да мислят и изпитват различни неща, защото желанията, предпочитанията и опита им може да са различни. Важно е да се научим да виждаме през очите на другите.

Сега отворете работните тетрадки на работен лист „Картинки за размисъл“ (виж Материали за ученика). Ще разгледаме някои картинки, които показват други ситуации. Явно децата не могат да постигнат съгласие в тези ситуации.

### Опашката

Разгледайте внимателно всичко, което се случва на първата картинка, докато ви чета първата история.

#### Опашката (Версия 1)

Днес учителят ще раздава ябълки. Сандра иска да е първа на опашката, защото е пристигнала рано за часа, а Любо иска да е първи, защото е гладен. Мария се смее с глас, когато изведнъж Сандра и Любо се обръщат към нея и казват: „Мария, не се дръж тъпо. Престани да ни се смееш.“

Сега да се опитаме да мислим като всеки един от героите, за да разберем какво искат и какво си мислят:

- Защо мислите, че се карат Сандра и Любо?
- Какво мислите, че си мисли Сандра?
- Какво мислите, че си мисли Любо?
- Какво мисли Мария?
- Защо Сандра и Луис се държат лошо с Мария?

Сега да прочетем историята на следващата страница. Заглавието ѝ е „Опашката“.

### Опашката (Версия 2)

Днес учителят ще раздава ябълки. Сандра е пристигнала рано за часа рано и иска да е първа на опашката. Тя обича да пристига рано, за да е първата, която ще получи ябълка. Изведнъж пристига Любо и иска да вземе нейното място, защото не е закусвал и е много гладен. Ако не хапне нещо скоро, ще го заболи коремът.

Докато Сандра и Любо се карат, Мария, тяхна съученичка, се смее. Сандра и Любо решават, че Мария им се подиграва и ѝ казват: „Мария, не дръж тъпо. Престани да ни се смееш.“ А Мария всъщност се смее, защото училищното куче е зад учителя и прави стойки на глава.

Сега всеки ще отговори на въпросите в работната тетрадка.



*След като учениците приключат, помолете ги да споделят своите отговори и ги изслушайте.*

- Какво искаше Любо? Защо?
- Какво искаше Сандра? Защо?
- Какво можем да кажем на Сандра, за да разбере тя Любо?
- Защо Сандра и Любо си помислиха, че Мария им се подиграва? Защо се смееше Мария?
- Какво можем да кажем на Любо и Сандра, за да разберат те Мария?

### 3. Обобщение

Днес чухме някои ситуации, в които различни хора имаха различни идеи и гледни точки.

- Какво научихме днес?
- Защо е важно да разбираме какво си мислят другите?
- Кога можем да се опитаме да разберем какво си мислят другите?

*Възможен отговор: Когато сме в конфликт с някого, когато искаме нещо, което и други хора искат и т.н.*

Всички ние разбираме нещата по различен начин в зависимост от това какво мислим, изпитваме и с каква информация разполагаме. Както видяхме днес, важно е да влезем в обувките на другия и да се опитаме да разберем защо той се държи по определен начин. Ако е необходимо, трябва да го помолим да ни обясни, за да можем да го разберем. В друг час ще научим някои трикове, които ни помагат по-добре да разбираме чуждите гледни точки.

Сега прочетете историята, за да разберете какво всъщност се случва на картинката от предишната страница.

### Опашката

Днес учителят ще раздава ябълки. Сандра е пристигнала рано за часа рано и иска да е първа на опашката. Тя обича да пристига рано, за да е първата, която ще получи ябълка. Изведнъж пристига Любо и иска да вземе нейното място, защото не е закусвал и е много гладен. Ако не хапне нещо скоро, ще го заболи коремът.

Докато Сандра и Любо се карат, Мария, тяхна съученичка, се смее. Сандра и Любо решават, че Мария им се подиграва и ѝ казват: „Мария, не се дръж тъпо. Престани да ни се смееш.“ А Мария всъщност се смее, защото училищното куче е зад учителя и прави стойки на глава.

След като прочетете историята, отговорете на въпросите:

Какво си мисли Любо?

---

---

Какво си мисли Сандра?

---

---

Какво си мисли Мария?

---

---

## Концепции, съвети и често задавани въпроси

### 1 Основни концепции

**Емпатия:** Да разбираме и усещаме това, което друг човек изпитва от гледната точка на другия човек, т.е. способността да се поставим на мястото на другия (Bellet & Maloney, 1991).

**Смяна на гледната точка:** Да гледаме на света от различна от обичайната ни гледна точка. Помага да разберем какво могат да мислят или чувстват другите в дадена ситуация, като се опитаме да видим това, което виждат те. Както при деца, така и при възрастни, смяната на гледната точка се свързва с по-голяма емпатия, просоциално поведение и по-благоприятно отношение към лицето (или групата), чиято гледна точка е възприета (Furr, 2008).

**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).

За да могат Вашите ученици да развият това умение, важно е да им помогнете:

- Да разберат какво мислят и чувстват другите в дадена ситуация, за да могат да вземат под внимание и други гледни точки.
- Да наблюдават, да задават въпроси и да се упражняват да слушат активно, за да разберат какво мислят другите в дадена ситуация.
- Да осъзнаят, че хората могат да имат различни гледни точки в една и съща ситуация.

### 2 Съвети за учители и родители

- Когато се сблъскат със ситуация, в която може да има разногласия, като в междуличностен конфликт, помогнете на децата да опитат и разберат гледните точки на другите и да осъзнаят, че те може да се различават от тяхната. Можете да зададете въпроси, като: „Какво според вас си мисли другият човек?“ или „Защо според вас този човек се чувства така?“
- Когато четете приказки на децата, попитайте ги за гледните точки на различните герои. Например „Какво мисли този човек тук, а какво мисли онзи човек там?“ Можете също така да задавате въпроси, които да им помогнат да се замислят и да си представят различни обяснения, като например: „Какво може да се е случило?“ или „Какво се е случило в действителност?“

### 3. Често задавани въпроси

- **Защо е важно да се упражняваме да виждаме нещата от гледната точка на другите?**

Защото хората може да имат различни гледни точки. Поради това е важно децата да развият способността да разбират ситуацията от различни гледни точки. Като виждаме нещата от гледната точка на други хора, развиваме мисленето си и можем по-добре да разбираме какво могат да мислят или чувстват другите в ситуация, в която ние можем да мислим или чувстваме нещо различно. Децата, които са развили тази способност, могат по-лесно да решават своите междуличностни конфликти, да имат по-гъвкав мисловен процес (могат да намират различни обяснения) и са склонни да реагират по-решително.

- **Едно и също ли е да виждаме нещата от гледна точка на другите и да проявяваме емпатия?**

Двете умения са тясно свързани. Въпреки това, да виждаме нещата от гледна точка на другите включва познавателен процес, при който се опитваме да разберем какво мислят или чувстват другите в дадена ситуация, докато емпатията включва емоционален процес, при който ние чувстваме това, което чувстват и другите.