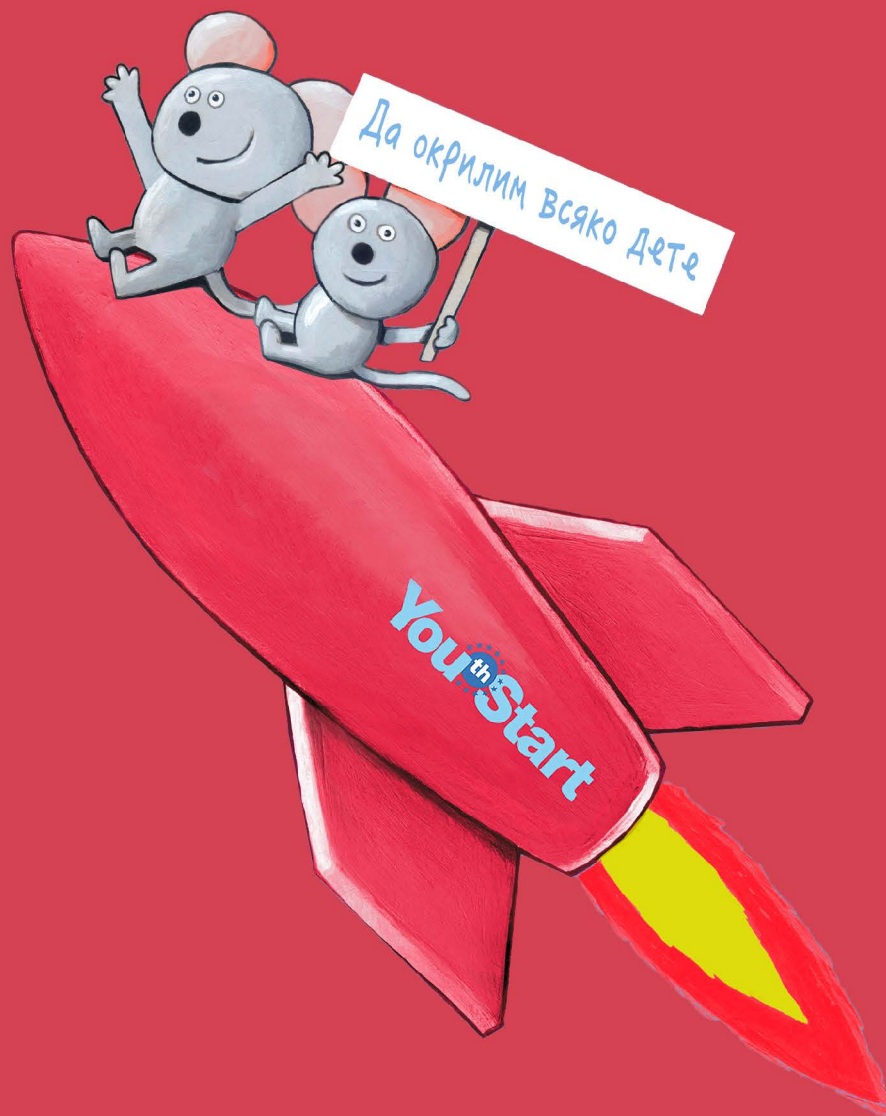
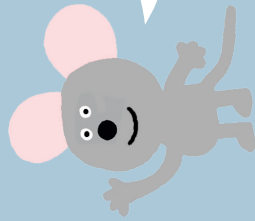


ПРЕДПРИЕМАЧ:



Да окрилим всяко дете
Част 2



Здравей! Аз се казвам Леви
и се радвам на интересните задачи,
които ще изпълним заедно!

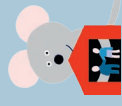
Hi, I'm LEWI. Let's do some fun activities!

ТРИО-МОДЕЛЪТ

BG ОТКРИЙ И РЕАЛИЗИРАЙ ИДЕИТЕ СИ!
EN LET'S DEVELOP AND IMPLEMENT YOUR IDEAS!


BG НЕ СЕ СТРАХУВАЙ ДА ИЗПРОБВАШ НЕЩО НОВО! ДАЙ КУРАЖИ НА ДРУГИТЕ!
EN DON'T BE AFRAID TO TRY NEW THINGS! ALSO ENCOURAGE OTHERS!

BG ИЗПОЛЗВАЙ ИДЕИТЕ СИ, ЗА ДА ПОМОГНЕШ НА ДРУГИ ХОРА!
EN USE YOUR IDEAS TO HELP OTHER PEOPLE!





Предприемачески предизвикателства

IDEA CHALLENGE
Дай живот на идеите си!
Get your ideas moving forward!
Ние създаваме стойност!
Let's create value!






OK
 OK

HERO CHALLENGE
Ти си моят герой!
You're my hero!



OK

EMPATHY CHALLENGE
Моите чувства – твоите чувства
My feelings – Your feelings



OK

STORYTELLING CHALLENGE
Творческо разказване
на истории.
Creative storytelling

OK

BUDDY CHALLENGE
Вдъхни смелост на другите!
Empower others!

OK

MY COMMUNITY CHALLENGE
Решаваме проблемите заедно.
Solving problems together






OK

MY PERSONAL CHALLENGE
Развивам чувството си
за цена и стойност.
What's it worth?






OK

**LEMONADE STAND
CHALLENGE**
Да продаваш е удоволствие.
Selling is fun


OK

PERSPECTIVES CHALLENGE
По следите на 20-те евро.
Tracing 20 Euros



OK

TRASH VALUE CHALLENGE
Създай стойност от стари неща!
Recycling adds value

OK

OPEN DOOR CHALLENGE
Следотърсачи.
Find the way!

OK

DEBATE CHALLENGE
Нека говорим!
Let's talk!






OK

REAL MARKET CHALLENGE
Стани „младши мениджър“!
Becoming a „junior manager“






OK

**START YOUR PROJECT
CHALLENGE**
Моят първи проект.
My first project



OK

EXTREME CHALLENGE
Постигане на спортни цели.
Setting and achieving goals
In sports



OK

BE A YES CHALLENGE
Моите силни страни.
My strengths

OK

EXPERT CHALLENGE
Да се научим да учим!
Learning to learn

OK

VOLUNTEER CHALLENGE
Да окажем доброволна помощ.
I can volunteer




OK



Програмата ЛЕВИ укрепва самоинициативността и предприемаческия дух на децата от началната училищна степен.
The LEWI Programme empowers kids at the primary school level and enhances their entrepreneurial skills.

Упражненията за трениране на внимателност и филмите на „Youth Start“ за внимателността можете да намерите в рубриката „Тяло & Дух“ на www.youthstart.eu.
For mindfulness exercises and the „Youth Start“ mindfulness videos see the „Mind & Body“ section at www.youthstart.eu.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Част от програмата
YouthStart
ENTREPRENEURIAL
CHALLENGES

Партньор
YouthStart
Bulgaria



МУНИЦИПАЛНО
НА ОБРАЗОВАНИЕТО
У ПЛАНКА

Dionis
Инициатива „Мисия“

BMB
Bundesministerium
für Bildung



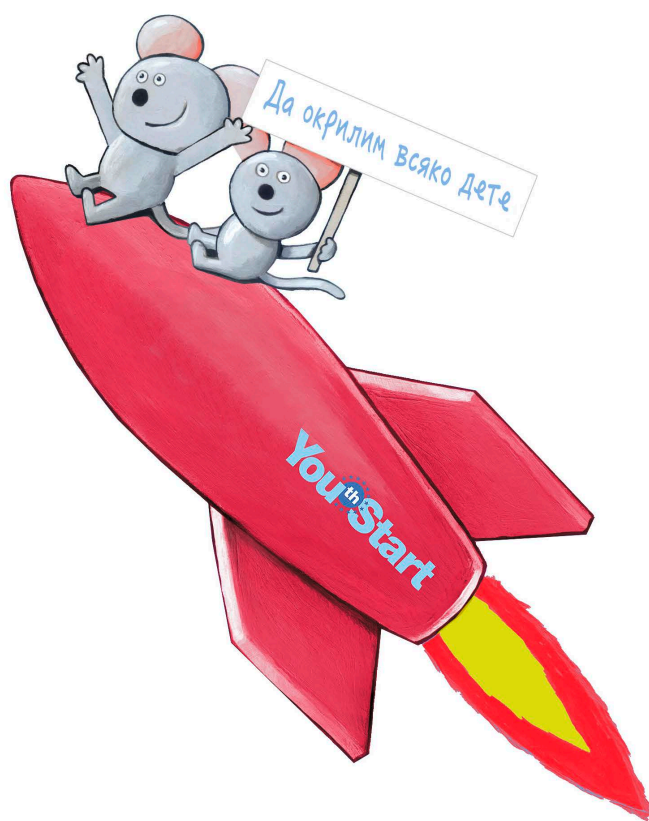
stadtschulrat
Wien

www.youthstart.eu
lifte

Credits: Initiative for Teaching Entrepreneurship www/ife.at
Impulse Centre for Entrepreneurship Education www/eesi-impulszentrum.at
Contact: johannes.lindner@kphwle.ac.at | Illustrations: Helmut Pokornig

Да окрилим всяко дете

Част 2



Гералд Фрьолих • Габриеле Грунт • Ева Ямбор
Йоханнес Линднер • Корнелия Шафрат • Ингрид Тойфел

Да окрилим всяко дете ...

... е заглавие, цел и съдържание на една практически ориентирана, цялостна учебна програма, разработена за началното училище. В центъра ѝ стоят по-големи и по-малки предизвикателства („Challenges“). Под предизвикателства разбираме импулси за учене от три основни области, които имат отношение към подкрепата за нашите деца да станат по-силни:

- **Предприемаческо мислене и поведение,**
- **Личностно развитие, както и**
- **Социален ангажимент.**

Отделните области са маркирани в цвят, за да се различават по-лесно. Цялата програма е поместена в самото начало на първата вътрешна страница.



Да окрилим всяко дете е част от Програмата „Youth Start Entrepreneurial Challenges“, с която се стимулират собствената инициатива и предприемаческия дух на младите хора. Тя е разработена в Австрия, предназначена е за деца и младежи и покрива диапазона от началното училище до горната гимназиална степен и е преведена на седем езика.

Чрез програмата „Youth Start Entrepreneurial Challenges“ децата получават подкрепа в разгръщането на собствения си потенциал.

Този извод се подкрепя от един научен експеримент на терен, проведен от 2015 до 2018 година в Австрия, Словения, Португалия и Люксембург с около 30 000 деца и младежи. Резултатите от проучването сочат, че работата с програмата в началното училище укрепва самочувствието на децата, а също така и техните умения за работа в екип, креативност и интегрално мислене. Децата се учат да общуват с емпатия и да се отнасят с внимание към себе си и към другите, като в същото време обогатяват речника си.

С тази книга пожелаваме на Вашите деца много вълнуващи моменти в процеса на учене!

Ева Ямбор и Йоханнес Линднер, издатели

www.ifte.at | www.youthstart.eu

Inhalt:



Idea Challenge: Дай живот на идеите си

Страница 3

С помощта на курабийки децата проучват какво е необходимо за разработването и реализацията на една идея. Като следваща стъпка те опитват със собствена идея.



Empathy Challenge: Моите чувства, твоите чувства - езикът на жирафа

Страница 19

Централна тема в предизвикателството Empathy Challenge са чувствата и потребностите на децата. С помощта на някои основни постановки от *ненасилствената комуникация* по Маршал Б. Розенберг децата се учат да обръщат внимание на онова, от което се нуждаят те самите и другите. За да изградят умения за внимателно общуване един с друг, те учат „езика на жирафа“.



Trash Value Challenge: Създаване на стойност от стари неща – продукти от отпадъци

Страница 58

Децата разглеждат критично опаковъчен материал и създават от отпадъци нещо със стойност.










Idea Challenge

Дај живот на идеите си

Думата „Idea“ идва от английски и на български означава идея. Challenge означава предизвикателство. В Idea Challenge ти ще научиш за какво трябва да мислиш, за да се превърне в реалност твоята собствена идея.

Обяснително видео: www.youthstartchallenges.eu/AllIdea1

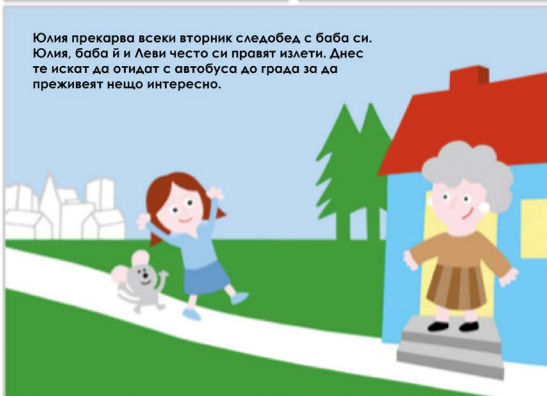
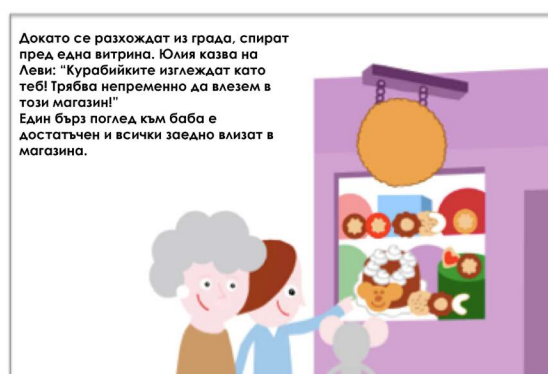
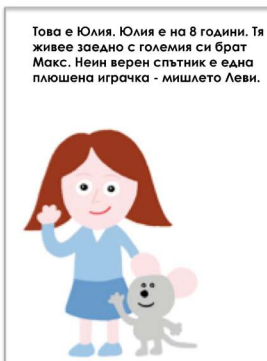
7 стъпки до целта:

- | | | |
|---|---|-------------|
|  | 1 Четене | Страница 4 |
|  | 2 Отговаряне на въпроси | Страница 5 |
|  | 3 Разсъждение: Какво ни трябва за печене? | Страница 9 |
|  | 4 Променям идея: Моите желани курабийки | Страница 11 |
|  | 5 Изпробвам: Изработвам къщичка за птици | Страница 12 |
|  | 6 Изпробвам собствена идея | Страница 14 |
|  | 7 Размишлявам | Страница 16 |



Мога да развия собствена идея.

1 Прочети историята „Дай живот на идеите си“



Набави си книжката за четене „Дай живот на идеите си“, за да можеш да прочетеш цялата история. Тя може да бъде поръчана на www.ifte.at/entrepreneur (на немски език).



Отговори на въпросите към текста 1

1. Как се казва мишлето?



2. Как се казва момичето?

3. Каква тайна имат двамата?

4. Колко пари е спестило момичето?

5. Как изглеждат курабийките, които си купуват?

6. Къде ядат те курабийките?

2 Кои съставки (= суровини) идват от Европа?

- Кои съставки (= суровини), от които са направени курабийките, идват от Европа? Запиши думите до съответните начални букви.



З _____

Я _____

Б _____

М _____

3 Откъде идват другите суровини?

- Свържи по подходящ начин кутийките.



Лешниците идват от

Мадагаскар.



Ванилията идва от

Филипините.



Кокосовите орехи идват от

Бразилия.



Какаовите зърна за шоколада идват от

Турция.



От кой континент идват продуктите? 4

От кой континент пътуват до нас в Европа суровините? Свържи имената на държавите с нарисуваните кръгчета.



Запиши името на континента.



Голяма част от Турция се намира в _____

Малка част се намира в _____

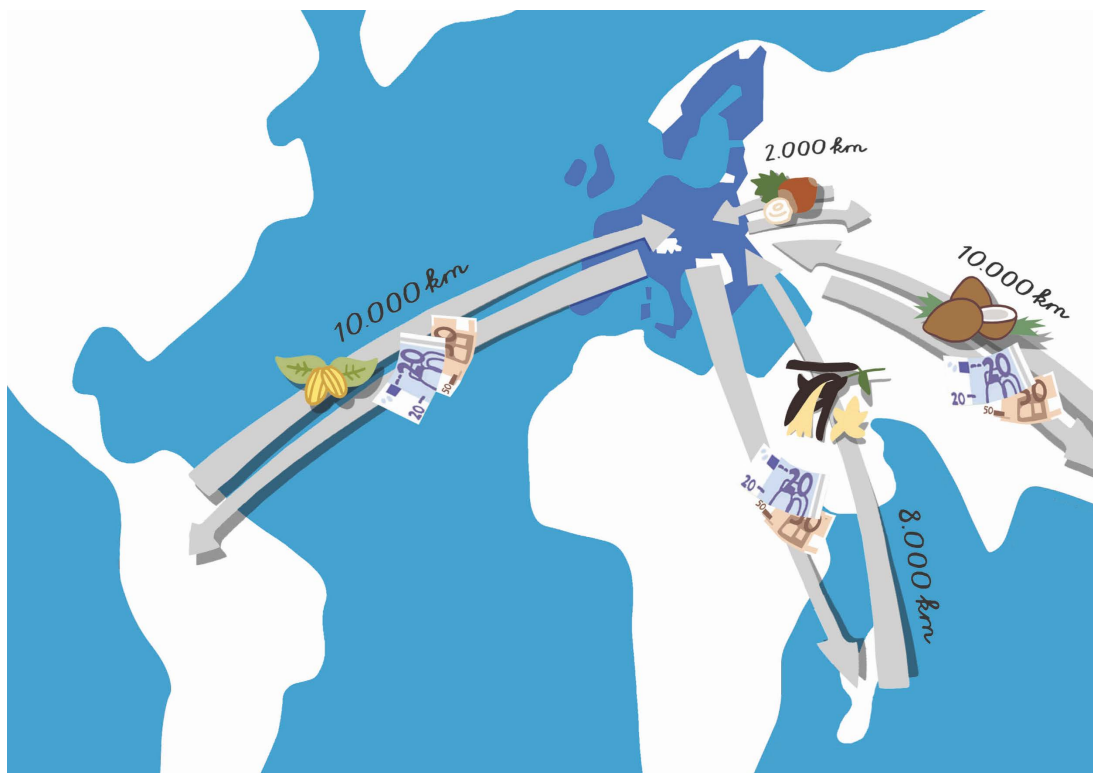
Филипините са част от _____

Мадагаскар е част от _____

Бразилия се намира в _____

5 От колко далеч пътуват продуктите (= суровините)?

Разгледай внимателно картата по-долу.
Можеш ли да определиш какво разстояние изминават отделните съставки?



✓ Запиши:

 Какаовите зърна изминават _____ километра.

 Ваниловите шушулки изминават _____ километра.

 Кокосовите орехи изминават _____ километра.

 Лешниците изминават _____ километра.

 Дискутирай с другите деца защо стрелките отиват в двете посоки.



От какво се нуждаем за да изпечем курабийки? 1

Научи от Юлия и Леви и запиши.
Думите от рамката ще ти помогнат.



сътрудничат, идеи, пари, помещение, знания, продукти (= суровини), прибори

1. Добри _____	
2. _____ как се пекат курабийки..	
3. Едно _____ , в което могат да се пекат курабийките и се намира печката.	
4. Добри _____ , за да станат курабийките вкусни!	
5. _____ , за да се приготвят курабийките.	
6. _____ , за да могат да бъдат закупени продуктите.	
7. Хора, които си _____	



2 Преговори

Вече знаеш какво е необходимо, за да изпечеш курабийки.



Понятията върху частите на пъзела се наричат производствени фактори. Те се използват за всяка идея, която човек иска да реализира.



Подреди седемте понятия по азбучен ред и ги запиши тук:

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____



Помисли: Защо готовата курабийка струва повече от отделните съставки?



Помисли за собствена рецепта за желаните от теб курабийки

Леви и Юлия разбраха какво има в курабийките, които купиха. Те се справиха и изпекоха сами точно същите курабийки.

Как изглежда желаната от теб курабийка? Нарисувай я тук:



От какви продукти имаш нужда, за да можеш да изпечеш желаните от теб курабийки? Не забравяй какво ти е необходимо за украса на курабийките. Напиши или нарисуй тук съставките:



Изпечи твоите желани курабийки у дома и отпразнувай това, че си успял! Занеси курабийките в училище. Остави другите деца да отгатнат какви съставки има в курабийките ти. В обща за класа тетрадка запишете всички рецепти на любимите курабийки.





1 От какво имаш нужда за да построиш къщичка за птици?

- ✓ Ти научи кои съставки са ти необходими и какво още ти трябва, за да изпечеш мечтаните курабийки.

Представи си, че искаш да построиш къщичка за птички. Какво ти е необходимо за нея? Въпросите ще ти помогнат. Запиши отговорите и я нарисуй.

Когато имаш всичко необходимо, можеш да я построиш!

1. Как трябва да изглежда твоята къщичка за птици? Помисли за какво ще я използват птиците. За ядене? За да мътят? Скицирай тук:

2. Какво трябва да знаеш, за да построиш къщичка за птици? Трябва ли да знаеш нещо за птиците? Имаш ли нужда от повече информация за това, как да построиш къщичка за птици? Разговаряй с другите за това.

Кого ще питаш, ако не знаеш нещо?

3. Какво трябва да има в помещението, където ще построиш къщичката за птици? Огради подходящите думи:

*стол, работна маса, цветя, мивка, шкаф
с инструменти, съдове и прибори*





4. От какъв материал трябва да бъде направена твоята къщичка за птици?

Какво ти е необходимо, за да сглобиш отделните части?

Тези суровини могат ли да се намерят у нас или трябва да се набавят отдалеч?

Говори с другите за това.

5. Какви инструменти ще са ти необходими? Избери подходящите от карето и ги запиши:

ножици, отвертка, стягащи скоби,
чук, трион, гаечен ключ

6. За какво ще са ти необходими пари?



7. Каква работа трябва да се свърши? От кого? Можеш ли да направиш всичко сам или ще ти трябва помощ?

Разговаряй с другите за това.

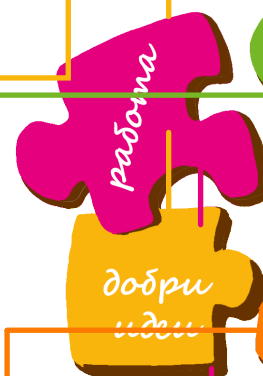
1 Измисли собствена идея и я изпробвай веднага

- ✓ Има ли нещо, което би изработил с удоволствие сам? Помисли стъпка по стъпка какво ти е необходимо за целта. Веднага изпробвай идеята си и направи това, което си намислил.
- Донеси в училище предмета, който си изработил, и разкажи на другите деца как си се справил:
- Какво беше особено трудно за теб?
- Къде ти беше необходима помощ?
- Случи ли се нещо, за което не беше помислил?
- Как реши проблема?

1. Какво искаш да изработиш? Кой би могъл да го ползва? Как точно трябва да изглежда? Скицирай тук:

2. Какво трябва да знаеш, за да реализираш идеята си?
Разговаряй с другите за това.
Кого ще питаш, ако не знаеш нещо?

3. Какво трябва да има в помещението, в което ще изпробваш идеята си?





4. Какви суровини (= материали) ще са ти необходими?

Какво ти е необходимо, за да сглобиш отделните части?

Има ли ги тези суровини у нас или те трябва да пътуват отдалече?

Разговаряй с другите за това.

5. Какви инструменти ще са ти необходими?

6. За какво ще са ти необходими пари?







7. Каква работа трябва да се свърши? Кой може да свърши тази работа? Можеш ли да свършиш всичко сам?





Помисли над това с друго дете. Кой може да поеме работа, която ти самият не можеш да свършиш сам?

1 Колко добре можеш да правиш вече това?

Помисли колко добре се справяш с нещата в списъка по-долу и оцвети полето под символа, който според теб е най-подходящ.

Четириите символа означават следното:

- | | | | |
|---|---|--|-------------------------|
|  | Трябва да се упражнявам още за това. |  | Това правя добре. |
|  | Справям се. Ако се упражнявам, ще стане още по-добре. |  | Това правя много добре. |

Оцвети полето на подходящия смайл.				
Мога да опиша как трябва да изглеждат желаните от мен курабийки.				
Мога да обясня какви материали (= суровини) са ми необходими за къщичката за птици.				
Знам какви продукти са ми необходими за моите желани курабийки.				
Мога да обясня откъде произхождат отделните съставки за моите курабийки.				
Мога да опиша какво трябва да има в помещението, в което ще правя къщичката за птици.				
Мога да обясня от какви инструменти се нуждая, за да изградя къщичка за птици.				
Мога да посоча за какво ми трябва пари, ако искам да изпека курабийки.				
Мога да обясня какво трябва да се свърши за направата на къщичка за птици.				
Знам какво трябва да обмисля преди да изпробвам собствена идея.				
Знам от кого да потърся помощ, ако ми е необходима такава.				

Въпросник за „Idea Challenge-детективи“ 2

Ти работи върху предизвикателството *Idea Challenge*. Ти разбра какви съставки има в курабийките и си измисли рецепта за собствените желани курабийки. Научи още какво ти е необходимо, за да построиш къщичка за птици и какво трябва да обмислиш, преди да изпробваш собствена идея.

1. Кое от наученото беше особено интересно за теб?

2. Имаш ли собствени идеи, на които с удоволствие „би дал живот“?

3. Какво ти е необходимо за целта?

4. Кой може да ти помогне за това?

5. Какво ще разкажеш на родителите си, за да могат да научат от теб нещо ново?



Разговаряй с другите за твоите отговори.

3 Няколко стъпки до твоята цел

Във въпросника за „Idea Challenge - детективи“ ти записа собствени идеи. Избери една от тях, която искаш да реализираш първа. Преследвай целта си стъпка по стъпка.



Запиши точно какво планираш да направиш.



Представи си с всичките си сетива какво ще бъде, когато постигнеш тази цел. Запиши или нарисуй картина на бъдещето си: Как ще се чувстваш тогава? Какво ще видиш, чуеш, помришеш, вкусиш, докоснеш?



Разкажи на някого за твоите планове. Запиши на кого.



Сега реализирай идеята си точно така както научи в предизвикателството Idea Challenge. За да подготвиш това, отговори на всички въпроси на страница 14 и 15.



Всяка вечер си припомняй какво си направил за реализацията на твоята идея и се радвай на свършеното.

Ако ти е трудно да устоиш, мисли какво ще бъде, когато постигнеш своята цел и се радвай на това!



Ти се справи и реализира твоята идея!

Напиши как се чувстваш сега и се радвай на твоя успех.

Избери си сега нова идея и я реализирай стъпка по стъпка.










Empathy Challenge

Моите чувства, твоите чувства – езикът на жирафа

Empathy е английска дума и на български означава емпатия или съпричастност. Challenge на български означава предизвикателство. В предизвикателството Empathy Challenge ще се научиш как можеш да бъдеш съпричастен към себе си и към другите хора.

Обяснително видео: www.youthstartchallenges.eu/A1Empathy

7 стъпки до целта:

- | | | |
|---|------------------------------------|-------------|
|  | 1 Да говориш като жираф | Страница 20 |
|  | 2 Казваме какво чувстваме | Страница 25 |
|  | 3 Казваме от какво се нуждаем | Страница 32 |
|  | 4 Да говориш като вълк | Страница 41 |
|  | 5 Казваме какво виждаме или чуваме | Страница 46 |
|  | 6 Да слушаш като жираф | Страница 49 |
|  | 7 Размишлявам | Страница 53 |



Мога да съм съпричастен със себе си и към другите хора.

1 Език, който идва „от сърцето“

Ако искаме да се отнасяме един към друг с уважение и внимание, се нуждаем от език, който идва „от сърцето“. Един известен американски психолог, Маршал Розенберг, си измисли за целта специален език – „езика на жирафа“.

Защо?

Защото жирафът е сухоземно животно с най-голямото _____ .

2 Кой живее в твоето сърце?

- Напиши или нарисуй в сърцето кой или какво има важно място в твоето сърце. Вземи лист за рисуване, ако сърцето по-долу не е достатъчно голямо.



3 Медитация за сърцето

- Седни удобно и затвори очи.
Постави ръка на сърцето си.
Почувствай как бие то и преброй ударите му. Брой до 30. Мисли за нещо, за което си благодарен, като дишаш съвсем спокойно.
Отвори бавно очите си.
Как се чувства тялото ти сега? Какви чувства изпитваш?
Говори с другите за това.

**Фразеологични изрази по темата „Сърце“ 4**

Сигурно знаеш изречения или понятия, в които присъства думата „сърце“. Можеш ли да ги обясниш? До обяснението напиши номера на израза, който съответства на обяснението.



Фразеологични изрази		Обяснения
1	Дълбоко в сърцето си съм привързан към тази снимка.	Много си смел.
2	Имаш меко сърце.	Той казва честно това, което мисли.
3	Те са едно сърце и душа.	Тя не изпитва съчувствие.
4	Сърцето му е твърдо като камък.	Не мога да направя това.
5	Тя няма сърце.	Той не показва никакви чувства.
6	Сърце не ми дава.	Не искам да дам снимката.
7	Думите му идват от сърцето.	Хваща ме страх.
8	Имаш лъвско сърце.	Много си състрадателен.
9	Подарявам ти сърцето си.	Те са неразделни.
10	Тежко ми е на сърцето.	Обичам те.
11	Сърцето ми падна в петите.	Много съм тъжен.



5 Така говори жирафът



Жирафът пита:

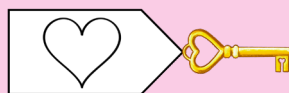
Как се чувстваш?

От какво се нуждаеш?

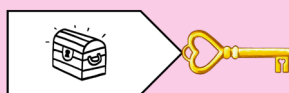
Жирафът казва:



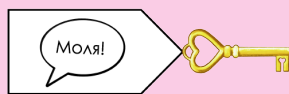
Аз чувам / виждам ...



Чувствам се ...




Нуждая се от ...



Моля те ...

Благодаря!

Учим езика на жирафа 6

Информирай родителите си за новия език, който изучаваш в момента. Дай им да прочетат тази и следващата страница. Упражнявай езика на жирафа и у дома! 

Искаш да си прав или да имаш добри отношения? Не можеш да имаш и двете заедно.

Маршал Б. Розенберг

Американският психолог Маршал Розенберг (1934-2015) разработва ненасилствената комуникация, в която използва като символи езика на жирафа и на вълка.







Като сухоземното животно с най-голямо сърце жирафът дава името на чувствителния език на сърцето. На този език ние можем честно и ясно да формулираме както нашите чувства и потребности, така и да попитаме за чувствата и потребностите на другите. Ние използваме думи, които ни свързват. Чрез езика на вълка ние също формулираме нашите потребности, но като използваме думи, които създават затруднения да бъдеш разбран или да разбереш другите. Ние говорим на този език, когато искаме да оскърбим, нараним, обидим, накажем, да привлечем с награда или похвала някого. Също така когато искаме да сме прави, когато търсим виновни или ласкаем някого, ние използваме езика на вълка. Подобно е положението и когато отсъждаме кое е правилно и кое не, или когато има победители и победени.



Всяка форма на насилие е трагичен израз на незадоволени потребности.

Маршал Б. Розенберг



Маршал Б. Розенберг е участвал по цял свят като медиатор в разрешаването на много конфликти. При тази си дейност той установил какво е полезно за успешната комуникация и разрешаването на конфликти:

-  Казвам какво виждам/чувам като не оценявам и не интерпретирам.
-  Формулирам собствените си чувства и потребности, без да упреквам или критикувам моя събеседник.
-  Формулирам молби (вместо заплахи, манипулации или изнудване).
-  Изразявам признателност, без да хваля или лаская човека.
-  Не приемам лично упреци, критика и изисквания, а се опитвам да разбера чрез разбиращо слушане какви неудовлетворени нужди се крият зад думите на човека срещу мен.
-  Смятам, че всичко, което прави човек, е опит да задоволи собствените си нужди.





В комуникативното поведение на всеки човек се откриват части от езика на жирафа и на вълка





 <p>Характеристики на езика на вълка</p>	 <p>Характеристики на езика на жирафа</p>
Аз съм прав, а ти не.	Аз уважавам също твоето мнение и предпочитания.
Ти си виновен.	Аз поемам своята част от отговорността.
Това е грешно/правилно, Това е лошо/добро.	Аз разграничавам наблюдението от оценката и интерпретацията.
Аз изисквам нещо.	Аз моля за нещо. Отворен съм за различни възможности.
Аз те хваля. Аз те лаская.	Изразявам моята признателност и благодарност.
Заплашвам те. Изнудвам те с награда.	Аз казвам как се чувствам и от какво се нуждая.

4 ключа за ненасилствена комуникация:

<p>Аз виждам/чувам...</p> 	Аз казвам какво виждам/чувам, като не давам оценка и не интерпретирам. Не казвам кой и какъв си, казвам какво виждам или чувам.
<p>Аз се чувствам ...</p> 	Аз казвам какво чувствам, когато наблюдавам нещо конкретно. Аз говоря за себе си, а не за човека, когото наблюдавам.
<p>Аз се нуждая ...</p> 	Уча се да разбере и приема моята нужда, която се крие зад всяко чувство.
<p>Аз си пожелавам ...</p> 	Аз изказвам с думи какво очаквам от теб в определена ситуация и формулирам желанието си като молба.




С тези 4 ключа ...

... мога да превода и твоите „вълчи“ изречения.

... мога да изразя и моята признателност и благодарност.


Тялото ти казва какво чувстваш 1

Когато използваме езика на жирафа, ние казваме как се чувстваме. Ние можем обаче да изразим чувствата си и с нашето тяло. 

Опитай да направиш следното:

- Покажи с крак, че си гневен.
- Покажи с коляно, че си развълнуван.
- Покажи с уста, че си уплашен.
- Покажи с нос, че си заинтригуван.
- Покажи с рамене, че си изтощен.
- Покажи с ръце, че си безпомощен.
- Покажи с гърди, че си горд.
- Покажи с цялото си тяло, че си радостен.



Застани така: Раменете ти са отпуснати надолу, ръцете са отпуснати край тялото, главата ти е приведена надолу. Почувствай тялото си – какво е усещането, какви чувства се появяват? 

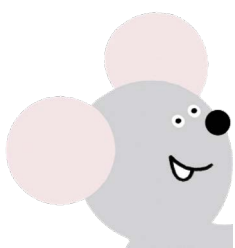
Сега застани така: Стоиш изправен с приятно напрежение в тялото и с изправена глава. Почувствай отново тялото си – какви емоции усещаш сега?

Сподели коя поза на тялото те кара да се чувстваш по-добре.

Лицето ти казва какво чувстваш 2

Даже само с лице ти можеш да изразиш твоите чувства. 

Опитай:




- Направи изненадана физиономия.
- Направи изплашена физиономия.
- Направи радостна физиономия.
- Направи гневна физиономия.
- Направи тъжна физиономия.
- Направи физиономия, която показва, че се отвращаваш от нещо.



Наблюдавай: Какво прави тялото ти, когато гледаш така?

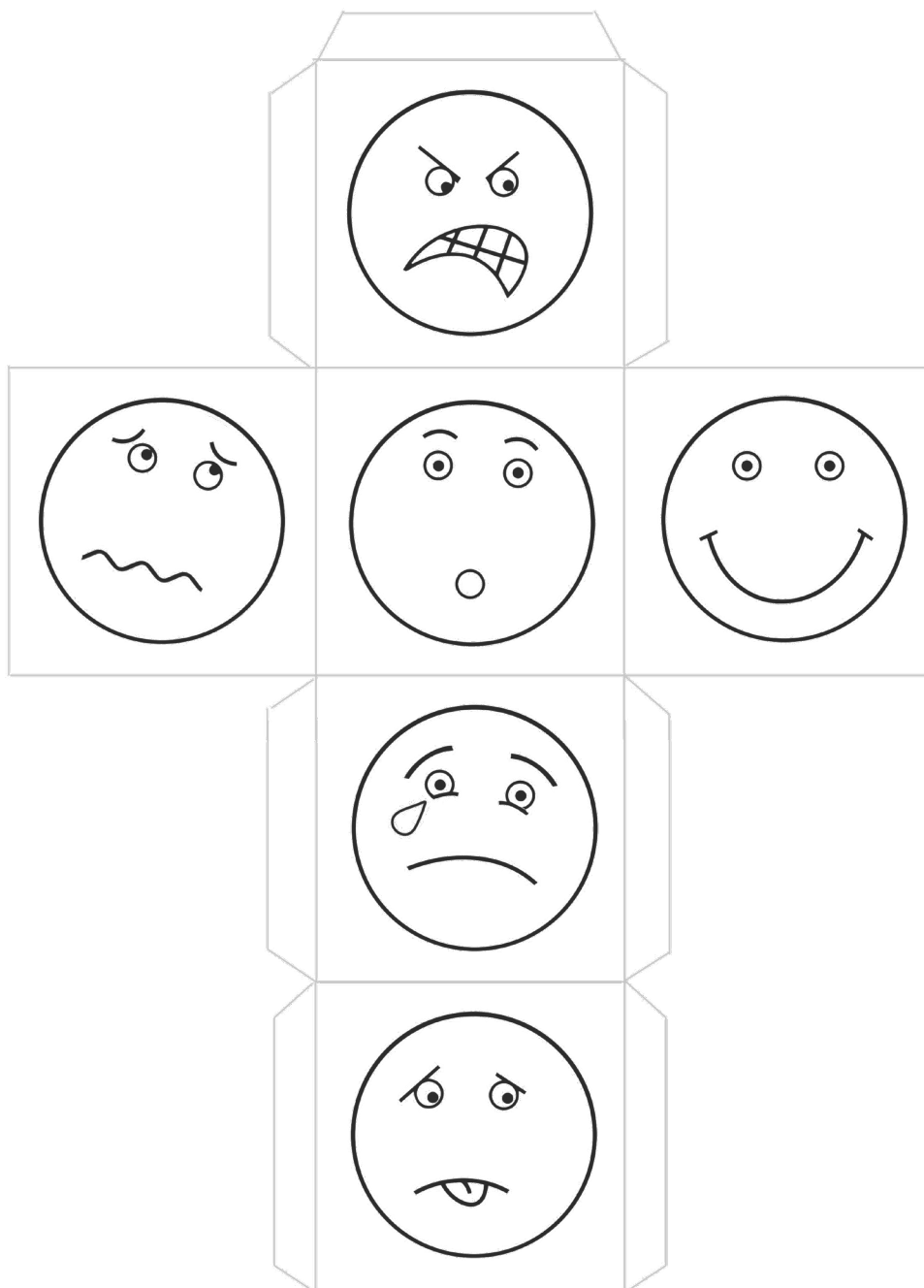
Игри със зара с мимиките 3

Хвърли със зара една мимика и помисли какво чувство изразява тя за теб. Направи тази мимика с лицето си. Накарай другите да отгатнат твоето чувство. След това раздвижи тялото си с това усещане. Кога е по-лесно да се отгатне? 


Хвърли със зара една мимика и потърси в картите с чувства на стр. 29 поне една фигура, която подхожда на физиономията на зара. Раздвижи се като фигурата и имитирай мимиката.

4 Изработи свой собствен зар с мимики

За целта копирай този шаблон или го прерисувай.



Отгатни коя физиономия на кое чувство би могла да съответства: изненадан, страхлив, развълнуван, щастлив, уплашен, зарадван, ядосан, тъжен, уморен, стресиран, отвратен...

 Знаеш ли и други думи за чувства, които подхождат на тези лица? Потърси ги в списъка на стр. 28. В какви ситуации се чувстваш по този начин? Разговаряй с другите за това

Твоите чувства оформят тялото ти 5

Мисли за нещо, което те ядосва. Затвори очи и почувствай какво се случва в тялото ти при тази мисъл. Сега мисли за нещо, което те прави щастлив. Затвори отново очи и усети какво се променя в твоето тяло. Разговаряй с другите за това.



„Слушаме“ чувства и танцуваме по тях 6

Слушай с класа „Петя и вълкът“ от Сергей Прокофиев.



Какви емоции „чуваш“? Движи се в ритъма на музиката и изрази чувството, което в момента чуваш, с тялото си. Разговаряй с другите за това, което си почувствал. Те по различен начин ли са почувствали музиката?




Донеси в училище музикално произведение и сподели с другите какви чувства събужда в теб тази музика. Разговаряй с другите за това как те чувстват тази музика.




Как се чувстваш? 7

Представи си как ще се почувстваш, ако някой ти каже следните изречения. Напиши поне три думи за чувства в празната колона. Използвай за това думите за чувства от списъка „Думи за твоите чувства“ на страница 28.



Някой ти казва:	Как са чувстваш? 
„Ти само пречиш. Аз не искам ти да играеш с нас!“	
„Много ми харесват рисунките, които правиш.“	
„Обичам да играя с теб.“	
„Ти винаги имаш толкова много идеи. С теб никога не ми е скучно!“	
„Винаги, когато дойдеш, има спорове. Ти страшно ме изнервяш!“	

8 Думи за твоите чувства

 Нарисувай към всички думи за чувства едно усмихнато или едно тъжно лице в зависимост от това дали чувството за теб е приятно или неприятно. Ако за теб са подходящи и двете възможности, можеш да нарисуваш в полето и двете смайлчета.

 това е приятно

 това е неприятно

Огради с кръгче всички думи, които не познаваш. Помоли за обяснение. Опитай се да запомниш пет нови думи.

отвратен 	развълнуван 	напрегнат	страхлив	раздразнен	изнервен
уравновесен	потиснат	въодушевен	успокоен	загрижен	засегнат
благодарен	объркан	самотен	възмутен	зареден	отпуснат
разочарован	възхитен	зарадван	удовлетворен	облекчен	изтощен
уплашен	разтърсен	очарован	свободен	радостен	весел
отегчен	ненапрегнат	щастлив	с добро настроение	ведър	буден
безпомощен	обнадежден	раздразнен	силен	мотивиран	уморен
бодър	смел	обезсърчен	нервен	любопитен	оптимистичен
спокоен	сигурен	тъжен	изненадан	необременен	нетърпелив
нешастен	неспокоен	несигурен	недоволен	честит	влюбен
объркан	отчаян	гневен	ядосан	доволен	уверен

Какви чувства виждаш? 9

Потърси за всяка картинка от картите за емоции подходяща дума за чувства от списъка на срещуположната страница („Думи за твоите чувства“)



10 За себе си ли говориш или обвиняваш някого?

Понякога ни е трудно да говорим за себе си и за нашите чувства. Тогава търсим някого, когото да обвиним за лошото си настроение. В такива случаи казваме: „Ти ме ядоса“ вместо „Аз съм ядосан.“

- Потърси от карето всички думи, пред които можеш да кажеш „Ти ме“ и ги запиши.

видя, самотен, нападна, страхлив, разбра, провокира, улесни, разочарова, пренебрежна, загрижен, ведър, заплаши, в добро настроение, излъга, радостен, принуди, разбра, отблъсна, нещастен, игнорира, енергичен, обезпокои, обърна внимание, тъжен, безгрижен, отчаян

Ти ме _____

- Избери 5 от тях и помисли как би могъл да се чувстваш, ако кажеш нещо такова на някого. Запиши твоите чувства. Използвай отново списъка от страница 28.



Ти ме _____ **Аз съм** _____


Ти ме _____ **Аз съм** _____

Ти ме _____ **Аз съм** _____

Ти ме _____ **Аз съм** _____

Ти ме _____ **Аз съм** _____

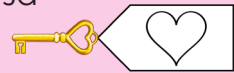
- Как се чувстваш, когато някой се обърне към теб с изречение „Ти ме“? Разговаряй с другите за това.


-  Упражнявай се вкъщи и с приятелите си възможно най-често да изразяваш чувствата си. Използвай изречения с начало „Аз съм ...“.

Часовник на чувствата 11

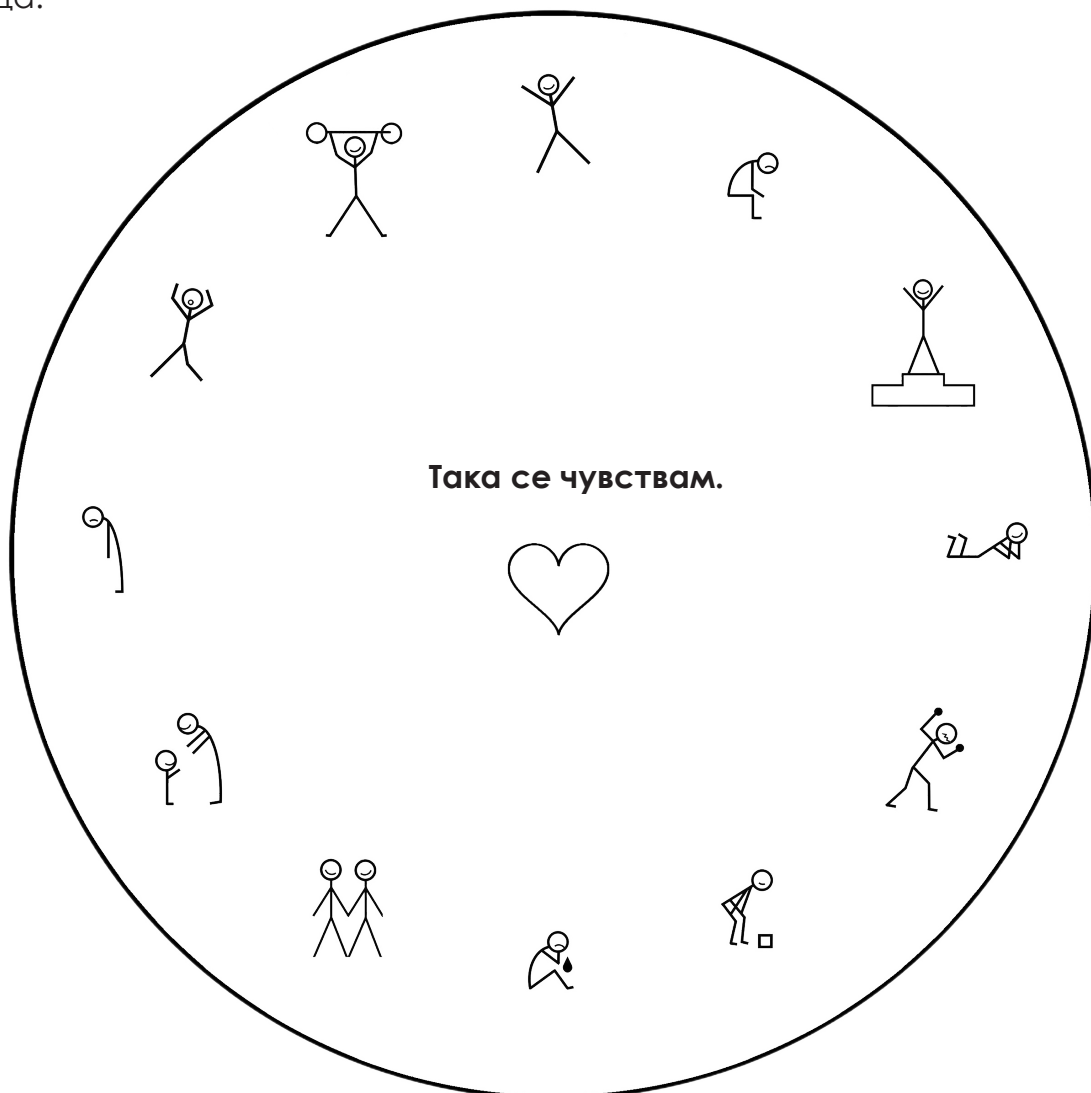


Когато говорим на езика на жирафа, говорим за нашите чувства.



От 12-те карти с чувства изработи с другите деца часовник на чувствата за вашата класна стая. Можете също да нарисувате ваши собствени карти с чувства. 

Ако ти е трудно да изразяваш с думи чувствата си, си помогни с часовника за чувства и покажи символа, който в момента най-добре изразява твоето чувство. С часовника можеш също да разбереш как се чувстват другите деца.



Всяко дете може да маркира своето чувство с помощта на щипка с името си върху часовника за чувства. Така се вижда, че не всяко дете чувства едно и също във всеки момент.

Научи се да обръщаш внимание на твоите чувства и на чувствата на другите деца!

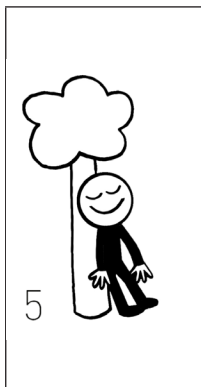
1 Карти на нуждите: Намери думи за това, от което се нуждаеш

- Кое изречение и кое понятие съответстват най-добре на дадена картинка? Оцвети в еднакъв цвят картинката, изречението и понятието.

 1	Необходимо ми е някой да разбере как се чувствам.	Сигурност
 2	Искам да се грижат добре за всички и всички да са сигурни.	Самоопределяне
 3	Искам да решавам сам какво да правя.	Общност
 4	Искам да правя нещо заедно с другите.	Съпричастност

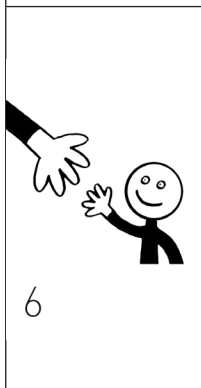


Карти за нуждите: Намери думи за това, от което се **нуждаеш**



Искам някой да е близо до мен и да държи на мен.

Помощ



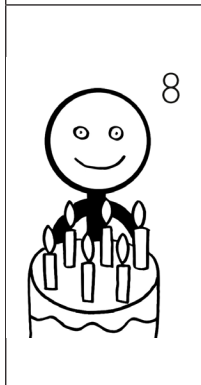
Искам да празнувам и да се радвам на нещо заедно с другите.

Спокойствие



Необходимо ми е спокойствие.

Близост



Необходима ми е помощ.

Празници

1 Карти за нуждите: Намери думи за това, от което се нуждаеш

Кое изречение и кое понятие съответстват най-добре на дадена картина?

Оцвети картината, изречението и понятието с еднакъв цвят.

 <p>9</p>	<p>Искам да мога да предизвикам промени.</p>	<p>Физически комфорт/ физическо благополучие</p>
 <p>10</p>	<p>Искам да съм ценен за другите.</p>	<p>Смисъл</p>
 <p>11</p>	<p>Нужно ми е нещо за ядене или за пиене.</p>	<p>Въздействие</p>
 <p>12</p>	<p>Искам да разбера защо трябва да правя нещо.</p>	<p>Признателност</p>

Разбери какво се крие зад твоите чувства 2

Зад всяко чувство, което изпитваме, се крие нещо, от което се нуждаем. Онова, от което се нуждаем, се нарича потребност.

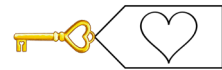


Когато се чувстваме добре, ние имаме това, което в момента ни е необходимо. Не се ли чувстваме добре, то тогава ни липсва това, което ни е необходимо в момента.

Запиши отговорите си и разговаряй за това с някого:



Спомни си за някоя неприятна ситуация, в която си се чувствал много зле. Опиши с думи за емоции как точно си се чувствал тогава. Помогни си с часовника за емоциите и списъка на страница 28.



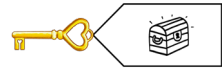
Какво ти липсваше тогава? Потърси подходяща дума за потребностите от картите за потребности на страници 32-34 и я запиши.



Сега си спомни за някоя приятна ситуация, в която си се чувствал много добре. Опиши с думите за емоции как си се чувствал тогава. Отново използвай часовника за емоции на страница 28.



Можеш ли да си спомниш каква беше причината за това приятно чувство? Отново потърси подходяща дума за потребности от картите за потребностите.



Не винаги е лесно да разбереш какво се крие зад нашите емоции. Нашите потребности са скрити понякога дълбоко в нас като в добре заключено ковчеже за съпоценности, а ключът притежаваме само ние.



Възможно най-често си задавай въпроса как се чувстваш в момента и защо. Така ще разбереш какво ти е необходимо и можеш да споделиш за това и с другите.



3 Часовник на нуждите

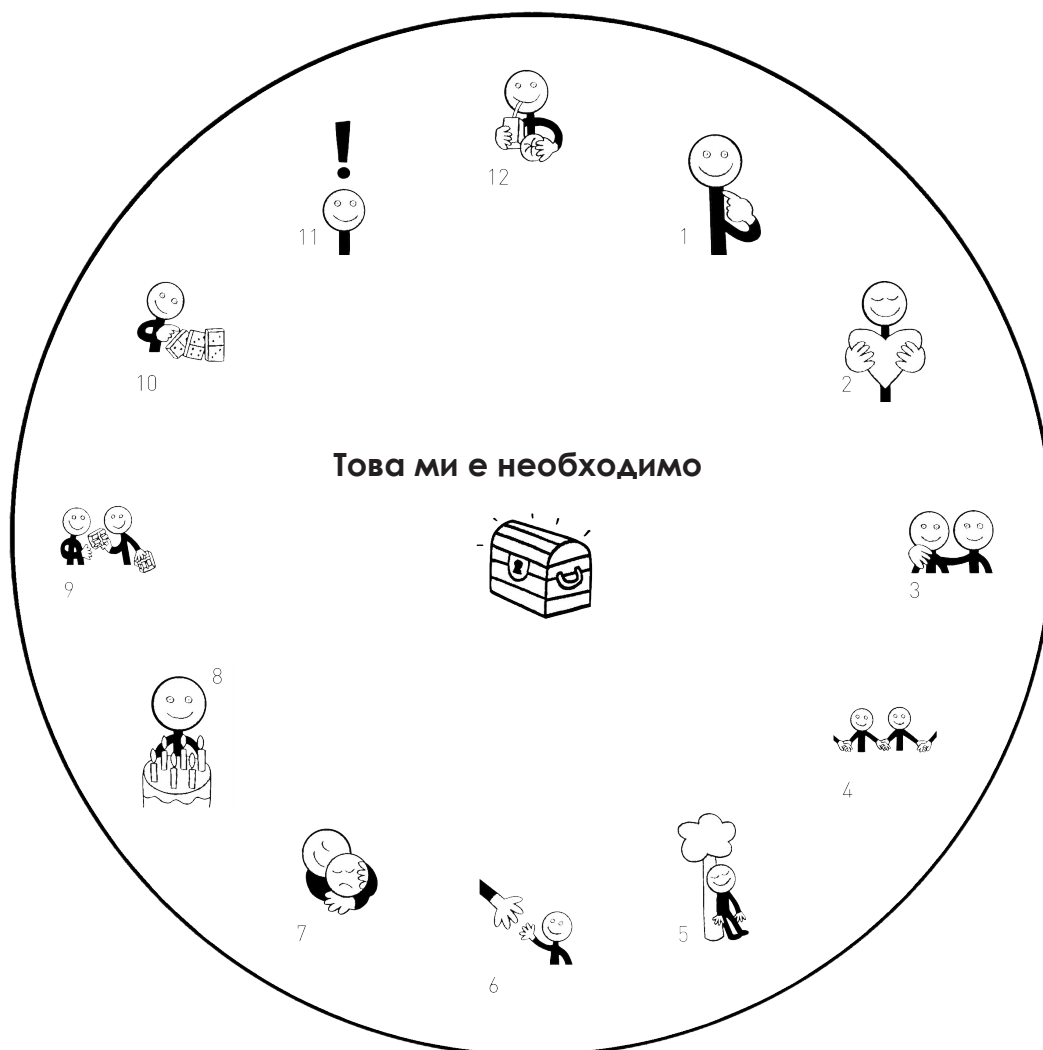


Когато използваме езика на жирафа, ние казваме какво ни е необходимо.



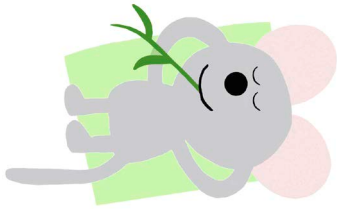
- Изработи заедно с другите деца часовник на нуждите от 12-те карти за потребности. Окачете го в класната стая.

Използвай часовника винаги, когато ти е трудно да изразиш с думи какво ти е необходимо. За да могат другите да видят какво ти трябва, можеш да закачиш с помощта на щипка с твоето име една карта със съответната потребност на часовника.



Когато другите деца също сложат своите щипки, става ясно от какво има нужда в момента всяко дете. Научете се взаимно да обръщате внимание на нуждите си! Когато имате спор, е особено важно да разберете от какво се нуждае всяко дете в този момент.

Картина-желание: Рисувам задоволена нужда 4





Избери една от потребностите върху часовника за нужди. Затвори очи и си представи ситуация, в която тази потребност е задоволена. Какво виждаш? Какво чуваш? Какво помиришваш? Какво вкусваш? Какво допираш? Представи си всичко много точно и нарисуй картинка.



Игра за отгатване на нужди 5

Играйте в класа играта за отгатване на нуждите. Отгатни от какво имат нужда децата в следващите ситуации. Потърси подходяща карта от часовника на нуждите и подходяща дума от съответните карти на страница 32-34.



Детето казва:	Детето се нуждае може би от:  
„Ако не ми разрешиш да участвам в играта, вече не си ми приятел!“	
„Нищо не умееш, човече, аз съм много по-добър в това!“	
„Сега искам да си чета книгата!“	
„Все аз съм глупавият, никой не ме разбира!“	
„Искам парче торта!“	
„Не искам да правя това упражнение! То е абсолютно безсмислено!“	
„Мамо, моля, прочети ми една история!“	
„Винаги трябва всичко да решаваш, това не е честно!“	

Тук няма правилни или грешни отговори. Можеш само да предполагаш от какво се нуждаят децата, но не можеш да го знаеш. Различните деца могат да имат различни потребности в една и съща ситуация.

Ако искаме да знаем от какво се нуждае някой, можем да го питаме например: **Имаш ли нужда от спокойствие точно сега? Необходима ли ти е помощ?**



Или пък задаваме въпроса: **От какво имаш нужда в момента?**

6 Пътища за постигане на задоволена нужда

Често си мислим, че някой би трябвало да направи или да не направи нещо определено.

Ако човек разбере от какво се нуждае, може сам да направи нещо, за да задоволи възникналата в момента нужда.



- Запознай се с пътищата, по които можеш да задоволиш твоите нужди. Избери от часовника на нуждите две и помисли какви са пътищата за тяхното задоволяване. Намери за всяка от тях поне по три начина/пътя да ги удовлетвориш.

Пример: Имам нужда от близост.

Какво мога да направя, за да получа близост?

Мога напр. да направя услуга на някого, да кажа на някого нещо мило, да поговоря с някого, да поиграя с някого на нещо ...

- Запиши тук всички пътища, които си намерил за двете потребности.

1. Нуждая се от _____

За целта мога да направя следното: _____

2. Нуждая се от _____

За целта мога да направя следното: _____

-  Разговаряй със семейството си и в класа за това.

Помисли как най-добре да разбереш какво можеш да направиш ти самият, за да задоволиш някоя твоя потребност. Кой или какво може да ти помогне?

Ясни, конкретни и изпълними молби 7

Жирафите се грижат добре за своите потребности. Затова са ясни, когато молят за нещо.




Когато жирафите молят за нещо, ...

- описват точно това, за което молят.
- са сигурни, че това, за което молят, е изпълнимо за лицето.
- казват какво желаят(а не какво не желаят).

Жирафите виждат винаги няколко възможности, поради което не е необходимо да се страхуват, че ще получат отговор „Не“ на молбата си.

Потърси за всяко изречение ясна, точна и изпълнима молба на езика на жирафа. Свържи изреченията. 

Не ми пречи постоянно!	Моля, хвани вазата с две ръце.
Моля, внимавай повече!	Моля да сложиш тетрадките си на бюрото и да сложиш дрехата в пералнята!
Моля, внимавай да не паднеш!	Моля, вземи си боичките и рисувай на друга маса.
Моля, слушай внимателно!	Моля да ме попиташ преди да вземеш моя играчка.
Моля, разчисти сега!	Моля, дръж се здраво!
Не трябва да се буташ напред!	Моля да ме гледаш, когато говоря с теб.
Не искам да играеш с нас.	Моля, играй през междучасието с мен.
Искам да бъдем приятели.	Моля, нареди се зад мен. 

Напиши към следващото изречение една своя собствена ясна, точна и изпълнима молба на езика на жирафа.

Бих желал да бъдем приятели. _____

Разговаряй с някого за това колко добре се справяш с формулирането на молби на езика на жирафа. 

8 От какво се нуждаеш?



Когато говорим на езика на жирафа, се учим да помолим някой друг за това, от което се нуждаем в момента.



Ако човек не знае от какво се нуждае, може да се случи да се ядоса, да крещи или да плаче. Необходимо е човек да се упражнява много, за да открие какво му е необходимо!


- Спомни си за случай, когато си бил много тъжен, самотен или обезсърчен.


Какво точно се случи тогава? Какво каза или направи тогава? Какво каза или направи тогава някой друг? Запиши това или разкажи на някого:

Какво ти е било необходимо тогава? За да разбереш, вземи часовника на нуждите и си помогни с картите за нуждите на страница 32-34.

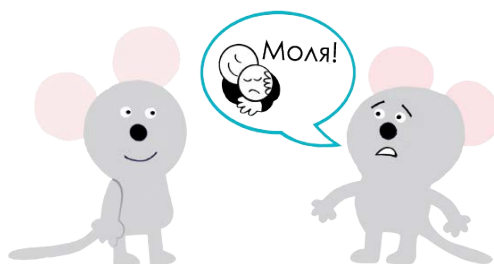


Кого и за какво си могъл да помолиш тогава? Формулирай ясна, точна и изпълнима молба.



-  Разговаряй с други за това, какво точно се е случило тогава.

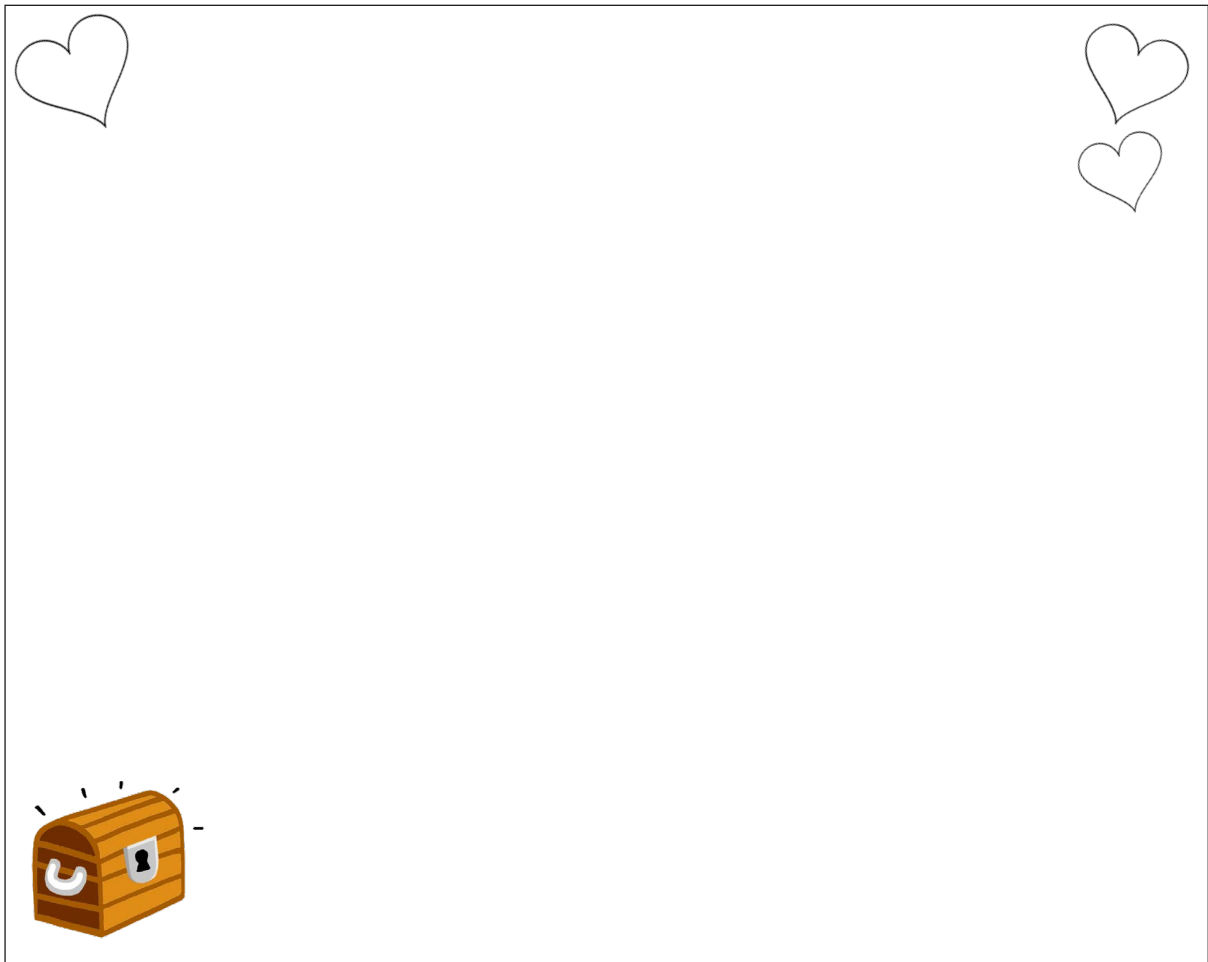
Изиграй тази ситуация с друго дете. Измислете заедно щастлив край на историята!



Запознай се с вълка в теб! 1

Вълкът в теб ти е приятел дори някога да не изглежда така. Той грижливо пази твоето вътрешно съкровище – твоите потребности – и ръмжи, когато една или повече от тях не са изпълнени и ти не си обърнал внимание на това. Ако не бъде чуто, понякога може да стане доста недружелюбен, защото често не може да измисли нищо, за да привлече вниманието върху себе си.

Нарисувай тук вълка в себе си и му отреди хубаво място в живота си:



Помогни на вълка в теб да открие какво го разгневява особено силно. Запиши тук за какво се ядосваш постоянно:



Винаги се дразня, когато някой _____



2 Научи се да слушаш вълка в теб

Спомни си сега съвсем точно за три ситуации, в които си се ядосал. Помисли какво ти е било необходимо в тези моменти. Помогни си с



часовника на нуждите. Разговаряй за това с някой други и запиши тук какво ти е необходимо, когато се ядосваш.

1. Когато се ядосвам, често имам нужда _____

2. Когато се ядосвам, често имам нужда _____

3. Когато се ядосвам, често имам нужда _____



Помисли за пътищата, по които тези нужди могат да бъдат задоволени.

Запиши какво **можеш да направиш за целта:**

1. Ако ми е необходимо _____ бих могъл за целта да направя следното:

2. Ако ми е необходимо _____ бих могъл за целта да направя следното:

3. Ако ми е необходимо _____, бих могъл за целта да направя следното:



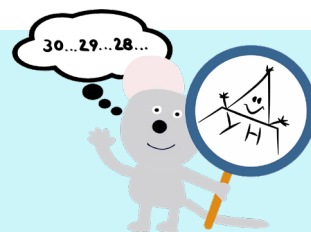
Разговаряй с другите за пътищата, които си намерил, и ги запомни добре.

Когато се ядосваш, повикай на помощ ДУН и следвай съветите му:

Дишай.

Усмхни се

Направи пауза & Помисли.




Брой обратно от 30 до 20. Ако и след това не си се успокоил, продължи да броиш до 0. Тази пауза ще ти помогне да обмислиш точно от какво се нуждаеш и какво можеш да направиш за целта.

Така говори вълкът в теб 3


Когато пренебрегнеш това, от което се нуждаеш, тогава вълкът в теб изръмжава. За целта той използва свой собствен език. Тук ще се запознаеш с характеристиките на езика на вълка:

Вълкът иска **да е прав**: „Това е ...“
 Вълкът **те обвинява**: „Заради теб ...“
 Вълкът **те притиска с награда**: „Ако ти ...“
 Вълкът **те заплашва**: „Ако ти ...“
 Вълкът **те обижда**: „Ти си ...“
 Вълкът **те ласкае**: „Ти си ...“
 Вълкът **те хвали**: „Ти си ...“



Потърси в следващите седем изречения подходящата характеристика на езика на вълка. Нанеси номера на изречението на подходящия ред в таблицата. 

1. Това е подло! Не бива да се буташ напред!
2. Ти си свидлив! Никога не ми даваш да опитам твоята закуска!
3. Ако не ми дадеш желирано мече, не сме вече приятели!
4. Толкова си добър! Страхотно беше как ми помогна днес!
5. Ако ми дадеш желирано мече, ще си ми най-добрата приятелка.
6. Заради теб днес сутринта закъсняхме!
7. Ти си толкова мила приятелка. Ти ми даваш да опитам всяка твоя закуска.

 Характеристики на езика на вълка	Изречение №
Някой иска да е прав	1
Обвинение	
Заплаха	
Изнудване с награда	
Обида	
Ласкателство	
Похвала	

Лесно ли ти е да разпознаеш характеристиките на езика на вълка? Разговаряй с другите за това.





4 Разпознаваш ли изреченията на вълка?

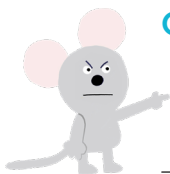
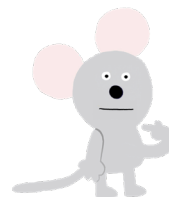


Има много ситуации, в които говорим като вълка:
когато се гневим;
когато искаме непременно да имаме нещо;
и винаги, когато реагираме без да помислим ...



Помисли, запиши или говори с други хора за това:

Винаги ли си искал **да си прав**? Какво си казвал?



Обвинявал ли си вече някого някога? Запиши тук обвинението:

Заплашвал ли си вече някого? Запиши какво е казал той или тя:

Обещавал ли си награда на някого? Запиши какво е казал той или тя:

Запиши как някога си **обиждал** някого.

Хвалил ли си вече някого? С какви думи?

Запиши как си **ласкал** някого:



Как се чувстваш, когато някой разговаря с теб на езика на вълка? Как се чувстваш, когато ти самият говориш като вълк? Разговаряй с другите за това.




Вълкът се успокоява: Отпусни удобно челюстта си надолу и се престори, че се прозяваш. Масажирай челюстната си става и издай спокоен звук на прозявка.

(Краткото видео „Енергийна прозявка“ и други упражнения за Активиране & Концентрация ще намериш в рубриката „Тяло & Дух“ на www.youthstart.eu или на www.youthstartbg.weebly.com)



Намери за всяко изречение на вълка едно **5** изречение на жирафа

Потърси за всяко изречение на вълка едно на жирафа, с което можеш да го заместиш. Свържи изречението на вълка с подходящото изречение на жирафа. 



Изречения на вълка



Изречения на жирафа

Заради теб закъсняхме днес сутринта.
Ако не ми дадеш желирано мече, вече не сме приятели.
Това е подло! Не бива да се буташ напред!
Ако ми дадеш желирано мече, ще си ми най-добрата приятелка.
Ти си свидлив. Никога не ми даваш да опитам закуската ти!
Ти си много мила приятелка. Винаги ми даваш да опитам закуската ти.
Ти си толкова добър! Страхотно е как ми помогна днес!
Заради теб сега не разбирам за какво иде реч – само защото ти си толкова шумен!
Толкова си глупав! Така или иначе не можеш да обясниш правилно изчислението!
Ти си много по-умен от Флориан! Винаги всичко ми обясняваш.

Благодаря, че днес ми помогна с простирането на прането.
Искам да съм навреме в училище. Би ли могъл сутринта да побързаш, моля?
Искам да се кача спокойно в автобуса.
Закуската ти изглежда толкова добре. Моля, би ли ми дал малко от нея?
Благодаря ти, че ми даде малко от закуската ти. Беше ми много вкусна.
Обичам гумени мечета. Ще ми дадеш ли едно от твоите, моля?
Радвам се, че ти днес взе три пъти участие в часа.
Благодаря ти, че ми обясни това. Това много ми помогна.
Не разбирам това изчисление и ми трябва помощ. Можеш ли да ми обясниш, моля?
Това, което учим в момента, ме интересува. Би ли могъл да пазиш тишина в часа?

Какво ти прави впечатление? Говори с другите за това, кога си чувал или казвал такива изречения. 






1 Да разговаряме внимателно един с друг



Когато разговаряме на езика на жирафа, ние казваме какво виждаме или чуваме. Казваме това, което можем да възприемем със сетивата си. Ние не оценяваме и не съдим.









С кое сетиво можеш да възприемеш нещо?
Довърши изреченията:

-  Аз казвам какво аз _____
-  Аз казвам какво аз _____
-  Аз казвам какво аз _____
-  Аз казвам какво аз _____
-  Аз казвам какво аз _____

Когато казваш: „Пфу, вкусът е наистина ужасен!“, ти говориш като вълк. Ти оценяваш ястието.

Когато говориш на езика на жирафа, ти говориш за себе си. Ти казваш как ТИ намиращ ястието. Т.е. как ти възприемаш яденето с твоите сетива за вкус. Ти можеш да кажеш: „Това не ми е вкусно.“ Това е езикът на жирафа.


Преформулирай изреченията на вълка и ги превърни в изречения на жирафа. Работи заедно с друго дете:



-  Никога не си прибираш нещата!
-  Виждам, че _____ лежи на масата ти.
-  Ти си уморен!
-  Виждам, че ти _____
-  Постоянно ядеш сладки неща.
-  Видях, че ти яде _____.




**Жирафът ли говори или вълкът? 2**

Вълкът ласкае, хвали, обвинява и заплашва. Той **оценява**.
Жирафът казва само какво вижда или чува. Той **наблюдава**.

Когато говори жирафът, оцвети полето в колоната на жирафа, когато говори вълкът – оцвети полето в колоната на вълка. 

			
1	Когато те изпитваше учителката, ти каза „6+2=9“.		
2	Изобщо не можеш да смяташ.		
3	Видях, че днес си си донесъл ядки за закуска. Аз въобще не обичам ядки.		
4	Винаги имаш толкова ужасни неща за закуска.		
5	Ти си най-добрата ми приятелка!		
6	Много ми беше приятно, че последните три междучасия играхме заедно!		
7	Ти си почти толкова висок колкото по-малкият ми брат.		
8	Ти наистина си нисък.		
9	Ти винаги закъсняваш.		
10	Днес ти дойде в 8.30 ч. Чаках те от 8 ч.		
11	Чух как каза на учителя, че вчера дръпнах Ингрид за косата.		
12	Ти си подъл, ти днес ме наклевети пред учителя.		
13	Ти си винаги толкова несправедлив към мен.		
14	Когато те попитах дали може да играя с вас, ти ми каза „Не“.		

Прочети внимателно изреченията на жирафа. Лесно ли ти е да казваш само това, което виждаш или чуваш, без да даваш оценка? Упражнявай се при всяка възможност. 

3 Благодаря и съм признателен вместо да хваля

Когато вълците ласкаят, те го правят, за да получат нещо от другия човек. Когато вълците хвалят, те го правят, за да убедят някого да направи нещо конкретно.

Когато жирафите казват какво харесват в някого, те не очакват да получат нещо срещу това. Те просто искат да се радват заедно с този човек.

Жирафите наблюдават много точно. Те описват какво някой е направил или казал и защо те се радват на това.



- ✓ Каква формулировка би дал в случая един жираф? Потърси за всяко изречение подходящ „превод“:

Днес ти внимава!	Радвам се, че ти успя днес да кажеш таблицата със 7.
Ти направи това добре.	Благодаря, че ми даде да ползвам твоя молив.
Ти си добър приятел.	Радвам се, че днес ти отговори на три въпроса от финалния тест!
Благодаря, че беше толкова отзивчив.	Благодаря ти, че по-рано каза: „Моля, върни й сега острилката.“
Благодаря ти, че винаги ме подкрепяш.	Много ми хареса да строим с теб с легото.

- ✓ Избери трима души и намери по три неща, които харесваш в тях.



Опиши това, което харесваш, много точно. Кажете им го и им благодарите за това.

Харесвам, когато ти казваш Харесвам, когато ти правиш
Благодаря!

- ✓ Кажете на другите как се чувстваш, когато те казват или правят това, за което искате да им благодарите.



Кажете им също така кои ваши нужди се задоволяват с това. Помогнете си за целта със списък с думите за емоции и картите с потребностите.

- ✓ Помислете също така какво харесваш в себе си!

Запиши тук: _____

Говорете с другите за това.

Изработваме уши на жираф 1

1. Нарисувай две уши и две рога върху кафяв картон. И два кръга върху жълт картон.



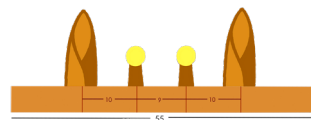
2. Изрежи всички форми.



3. Залепи двата долни края на ушите и залепи жълтите кръгове върху рогцата.



4. Залепи всичко на хартиена лента.

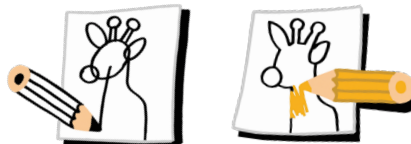


Сега можеш да си сложиш твоите жирафски уши!



Изработваме жираф 2

1. Нарисувай един жираф върху картон и го оцвети.



2. Изрежи жирафа.



3. Закрепи на гърба на твоя жираф тънка дървена пръчка. Най-добре използвай за това няколко лентички тиксо, за да е стабилна фигурата.



Шаблоните ще намериш на www.youthstart.eu (A1 Empathy Challenge).

Научи се да слушаш с ушите на жирафа. Следващото упражнение ще ти помогне да се концентрираш върху това:



Издърпай нежно краищата на двете уши отвътре навън с палеца и показалеца сякаш се опитваш да ги изгладиш. Започни от върховете на ушите и се опитай да изгладиш ръба към долния край (висулката). Повтори 10 пъти.

(Краткото видео „Шапка за мислене“ и други упражнения за Активиране & Концентрация ще намериш в рубриката „Тяло & Дух“ на www.youthstart.eu или на www.youthstartbg.weebly.com.


3 Да се научим да слушаме с ушите на жирафа

Флора е настъпила по невнимание играчката на Тимо и играчката се е счупила.

Тимо крещи на Флора: „Ти си толкова подла! Винаги всичко разваляш! Тъпа крава!“


След това изтичва от стаята и затръшва вратата.

Флора крещи след него: „Това въобще не е вярно, ти наистина не си честен! И какво от това, играй си сам, наистина ми лазиш по нервите, ти ...глупчо!“

-  Сега си сложи жирафските уши, които направи сам, и се опитай да чуеш децата като жираф. Какво се крие зад вълчите изречения, които те изричат?


  Как би могъл да се чувства Тимо? От какво би могъл да се нуждае?

  Как би могла да се чувства Флора? От какво би могла да се нуждае?


-  Помогни си с часовника на емоциите и часовника на нуждите. И тук няма верен и грешен отговор, ние можем само да предположим и да отгатнем чувствата и потребностите на другите.



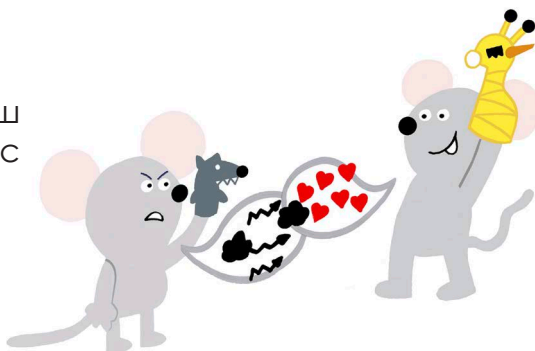
Когато ние говорим като жирафи, тогава ние се учим и да слушаме с ушите на жирафа. Така ние чуваме чувства и потребности, които се крият зад изреченията на вълка.

-  Помисли: Какво по-различно биха могли да направят Тимо и Флора? Изиграй ситуацията с друго дете. Променете заедно с другото дете разговора между Флора и Тимо.

Разменете ролите.

-  Помисли как можеш да реагираш следващия път. Старай се да слушаш с ушите на жирафа.

Ако се ядосваш на вълчите фрази, може би ще ти е трудно. Упражнявай се въпреки това и разговаряй с другите за това. Помагайте си взаимно!



ДУН може да ти напомня да разсъждаваш и да се вслушваш в себе си, преди да реагираш. С връзката ключове на жирафа, след пауза за размисъл, ти ще намериш по-лесно подходящите думи.





Чуваме скрити чувства, потребности и молби 4



Вземи твоите жирафски уши и се опитай да чуеш зад фразите на вълка как биха могли да се чувстват хората.

Запиши възможните им чувства. Използвай за целта думите за емоции на страница 28. Опитай се и да разбереш от какво вероятно се нуждаят тези хора. Вземи картите с нужди и запиши евентуалните потребности, които предполагаш. Помогни на тези хора да формулират ясна, изпълнима молба.

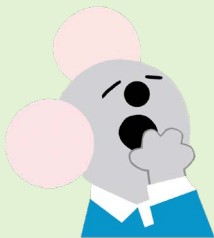


София играе в момента с брат си. Майка ѝ застава на вратата и казва: „София, веднага подреди стаята си!“ „Ти винаги за всичко ме командваш!“, крещи София.

С ушите на жираф мама вероятно чува какво чувства София:

От какво вероятно се нуждае София? Какво би могло да ѝ липсва?

Каква молба би могла да отправи София към майка си?

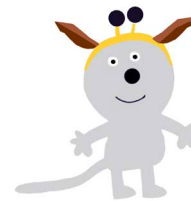


Валентин идва сутринта в класната стая и се отправя към мястото си. Там седи някой. Той изсъсква: „Махай се!“.

След това се прозява няколко пъти.
Как би могъл да се чувства Валентин?

От какво е възможно да се нуждае Валентин? _____

Каква молба би могла да се крие? _____



5 Чуваме скрити чувства, нужди и молби



Учителката иска да направи ново упражнение с класа. Всички говорят високо един през друг. Веднага млъкнете!", казва тя гневно.

Как би могла да се чувства учителката?

От какво е вероятно да се нуждае учителката? Какво би могло да ѝ липсва?

Скритата молба на учителката би могла да бъде: _____




Нора изобщо не е разбрала задачата по математика. Себастиан се справя добре, но не иска да помогне на Нора. „Ти си толкова лош!“, му крещи тя.

Как би могла да се чувства Нора?

От какво би могла да се нуждае Нора? _____


Каква молба би могла да се крие зад нейната вълча фраза?

 Разговаряй с другите за това, което си написал. Сравни с това, което са написали другите.

 Изиграй една от двете ситуации с друго дете. Разменете ролите си. Така ще се научиш да разбираш по-добре как се чувстват другите и от какво се нуждаят.

В кръга на жирафите размишляваш за какво си **1** благодарен

Жирафите обичат да благодарят. Те правят това, защото знаят, че благодарността и признателността правят съвместния живот и съвместната работа по-хубави.

Научи от жирафа как той формулира своята благодарност и признателност: 



Жирафът следи много точно случващото се. Той описва кой какво точно е направил и казал.




Жирафът казва какво е почувствал, когато точно това е било направено и казано.



Жирафът казва коя от нуждите му в тази ситуация е била задоволена.



Опитайте: Образувайте в класа кръг на жирафите, седнете и помислете за какво сте благодарни. 

Отделете необходимото време и направете **празник на признателността**.

За подкрепа вземете картите за потребностите, часовника на нуждите и часовника на емоциите.

Кажете за какво сте благодарни и какво ви хареса днес – не е необходимо да е нещо голямо!




Мислете за това, че трябва да опишете много точно какво ви харесва и за какво сте благодарни.




Кажете как сте се чувствали.




Празнувайте за всички удовлетворени нужди!

Ако някое дете иска да каже на езика на жирафа нещо, заради което е тъжно или пък не му е харесало, това също е възможно. 

Уверете се, че и в този случай се казва точно всичко, което се е случило. Опишете вашите наблюдения, не оценявайте. Сложете си жирафските уши и отделете време да преведете езика на вълка във вас и да отгатнете емоциите и нуждите зад фразите на вълка. 

С малко упражнение ще се справяте все по-лесно.

Има ли в класа деца, на които искаш да благодариш за нещо? Икаш ли да благодариш на твоите учители за нещо? 

Опитай веднага и им благодари така, както си научил от жирафа.

2 Запиши за какво си благодарен

- Помисли за какво си благодарен в твоя живот. Провери и какво си записал в твоя Дневник на щастието! Тук запиши какво те прави благодарен:



- Има ли някой, на когото искаш да благодариш? Може би за някоя дреболия?
Мисли за различни хора. За всеки от тях напиши върху картонче какво точно казва или прави, за което си му благодарен. Подари картончето на съответния човек. На кого би написал такова картонче?

- Напиши поне на един човек **благодарствено писмо**. В него опиши точно какво казва или прави този човек, за което си му благодарен.

Ти можеш например да напишеш такова писмо

- на някое дете за рождения му ден,
- на твоя учител или на твоята учителка за последния учебен ден или
- на някого от семейството за Коледа.



-  Напиши на самия себе си такова писмо и си го изпрати по пощата!


- Помисли с другите деца от класа:

- За кога искате да планирате едно малко **тържество на признателността**?
- Искате ли по-често да отделяте време, за да **благодарите**? Как можете да се подкрепяте и да си помагате взаимно в това?

- Изработете заедно един плакат и напишете какво бихте искали да отпразнувате.

Примери: *Следното от дните за проекти/ от последния излет/ от карнавала ми хареса:*

Събирайте идеи заедно.

-  Помисли с твоето семейство как можете и у дома да въведете празник на признателността. Искаш ли да изработиш и плакат? Какво ще напишеш на него?

Въпросник за „Empathy Challenge-детективи“ 3

Ти работи по предизвикателството Empathy Challenge. Ти се научи да обръщаш внимание на чувствата си и да откриваш какви потребности се крият зад тях. Научи се също да се поставяш на мястото на другите, както и да говориш с признателност и внимателност.

1. Кога ти е лесно да говориш като жираф?

2. Кога за последен път се обади вълкът в теб?

3. Как реагира ти?

4. На кого последно си казал какво цениш у него? Какво точно му каза?

5. Как ще продължиш да упражняваш езика на жирафа и извън училище?








Разговаряй с другите за твоите отговори.

4 Колко добре умееш вече това?


- Помисли колко добре можеш да правиш нещата от списъка по-долу. Оцвети полето под символа, който е най-подходящ.

Четирите символа означават следното:

-  За това ми е необходимо още много да се упражнявам.
  С това се справям добре.
-  Вече отчасти се справям. Ако се упражнявам, ще стане още по-добре.
  С това се справям много добре.

Оцвети полето с подходящото смайчце				
Мога да покажа на часовника на чувствата как се чувствам.				
Мога да кажа как се чувствам.				
Мога да разбера от какво имам нужда, когато изпитвам неприятно чувство.				
Мога да покажа на часовника на нуждите какво ми е необходимо.				
Мога да кажа от какво се нуждая, когато изпитвам неприятно чувство.				
Мога да се поставя на мястото на друг човек и да си представя от какво се нуждае, когато се чувства зле.				
Мога да кажа какво виждам или чувам, без да давам оценка за нещо.				
Забелязвам, когато искам да бъда прав.				
Забелязвам, когато търся виновен.				
Мога да слушам с ушите на жирафа и да превеждам вълчи изречения.				
Мога да кажа на някого какво харесвам в него, без да го лаская.				
Мога да изкажа благодарност на някого и да опиша точно за какво съм благодарен.				

Няколко стъпки към твоята лична цел ... 5

Избери от таблицата вляво нещо, за което е необходимо да се упражняваш още и на което с удоволствие би се научил. Следвай целта си стъпка по стъпка. 



Запиши какво планираш.



Представи си с всичките си сетива какво ще бъде, когато постигнеш тази цел. Запиши или нарисуй своята картина на бъдещето: Как ще се чувстваш тогава? Какво ще видиш, чуеш, помиришеш, вкусиш, докоснеш с пръсти?



Разкажи на някого за твоя план. Запиши на кого.



Тренирай поне три пъти дневно твоите нови силни страни.



Припомняй се всяка вечер как през деня си тренирал новата си силна страна и се радвай на това.

Когато ти е трудно да проявиш постоянство: Мисли какво ще бъде, когато постигнеш целта си, и се радвай на това!



Ти успя!

Запиши по какво другите забелязват, че си постигнал целта си. Празнувай твоя успех.

Сега си избери нова цел и я преследвай отново стъпка по стъпка.










Trash Value Challenge

„Създай от стари неща стойност“ – Продукти от отпадъци

Trash Value Challenge е на английски език. *Trash* на български език означава отпадък, *Value* означава стойности и *Challenge* е предизвикателство. „Създай от старото нещо ново“ е позната фраза. Тук тя е променена: „Създай от стари неща стойност“. В предизвикателството *Trash Value Challenge* ти ще научиш как да изработиш от отпадъци нещо ново и стойностно.

Обяснително видео: www.youthstartchallenges.eu/AllTrashValue

7 стъпки до целта:

- | | | |
|---|------------------------------|-------------|
|  | 1 Събиране на материали | Страница 59 |
|  | 2 Откриване на идеи | Страница 60 |
|  | 3 Изработване на продукт | Страница 61 |
|  | 4 Описание на продукта | Страница 62 |
|  | 5 Презентиране на продукта | Страница 63 |
|  | 6 Оценяване на презентацията | Страница 65 |
|  | 7 Размишления | Страница 66 |



Мога да създам от отпадък нещо със стойност.



Събираме вече непотребното 1

Събирай в продължение на две седмици всички чисти и годни за употреба отпадъчни материали и ги занеси в училище.



Запиши или нарисувай всичко, което си събрал:

Сравни събраните от теб отпадъчни материали с тези на другите деца. Какво забелязваш?



Какво би могъл да направиш, за да има по-малко отпадъци? Разговаряй с другите за това.

Разговаряме за опаковки 2

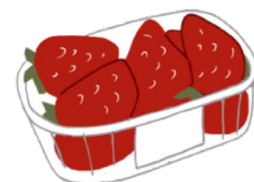
Разгледай всички опаковъчни материали внимателно и обмисли отговорите на следните въпроси:



Нужно ли е опаковката да е толкова голяма? Защо е толкова голяма?

Разговаряй за това с другите в училище, а също така и у дома.

Биха ли могли нещата, опаковани в тези материали, да се продават и по друг начин?



Запиши или нарисувай идеите си:

1 Открий идея как да създадеш нещо ново

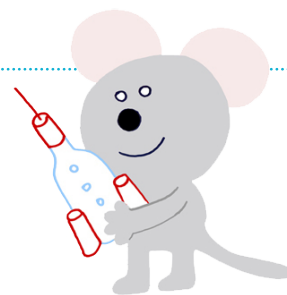
- Разгледай внимателно отпадъчните материали и помисли какво можеш да направиш от тях. Предмет на изкуството? Бижу? Нещо, което може да се използва?

Измисли идея за предмет, който е направен само от отпадъчни материали. Запиши идеите си или ги нарисуй:


Сравни твоите идеи с идеите на другите деца.

Идеите на другите деца подобни ли са на твоите?

Кои идеи считаеш за особено добри?



- Преди да започнеш да работиш, запиши всичко, от което се нуждаеш:

-  Нямаш идея? Тогава потърси в интернет. Можеш да зададеш в търсачката напр. следните ключови думи: „Изработване на изделия от тетра пак“ или „Изработване на изделия от кутии, опаковъчен материал“.

Така със сигурност ще намериш много идеи и предложения.



Изработи твоя продукт 1



Разполагаш ли с всички необходими неща? Ако не, виж дали ще ги намериш при отпадъчните материали на другите деца. Ако не всичко е там, направи нещо, за което разполагаш с нужните материали.

Изработи твоя продукт – можеш да работиш сам или заедно с другите деца.

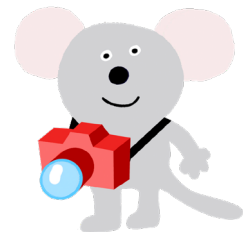


Възможно е също, всички деца от класа да изработят общ за класа продукт.



С кого ще работиш?

Снимай твоя продукт за интернет страницата на твоето училище.



Какво придава на твоето изделие стойност? 2

Помисли и разговаряй с другите за това.



Кое е ценното на твоя продукт?

Дали това е стойност, която може да се измери в пари, или е друга стойност?

За кого представлява стойност?

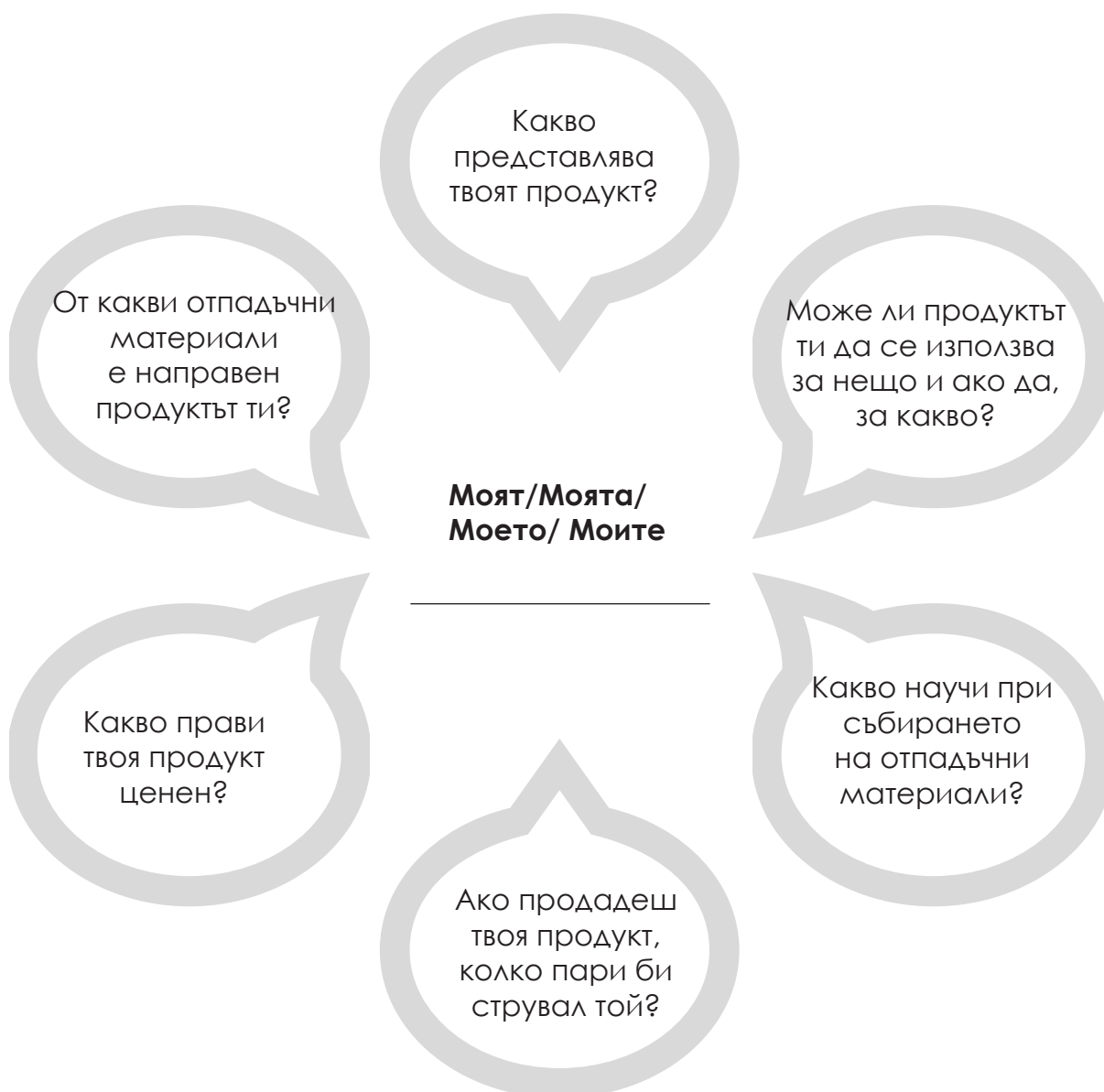
Защо?

1 Опиши своя продукт

- Дай на своя продукт подходящо, забавно име, което се запомня лесно.


Моят /Моята/ Моето/ Моите _____

- Направи хубав плакат, описващ своя продукт.
Отговори на следните шест въпроса:



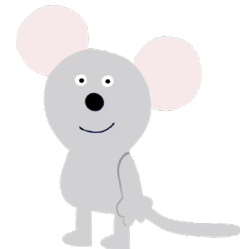
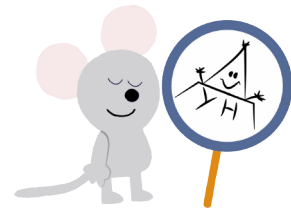


Подготовка 1


Подготви презентацията си с помощта на този чек лист. Опитай се, доколкото можеш, да вземеш предвид всички точки. 

Чек лист: Така моята презентация ще е успешна

1. Аз поемам дълбоко въздух, за да се успокоя преди да започна моята презентация.
2. Стоя стабилно и изправен.
3. Говоря достатъчно високо, за да могат всички в помещението да ме чуват.
4. Говоря бавно и правя кратки паузи между изреченията.
5. Поддържам зрителен контакт с моята публика.
6. Усмиввам се по време на презентацията.
7. Накрая на презентацията питам дали има въпроси.



Презентирам 2

Презентирай твоя продукт пред децата от твоя клас или пред посетители на изложбата (в случай, че направите в училище изложба с изработените продукти). За целта използвай твоя плакат. 

1 Оцени сам доколко успешна е била твоята презентация

След като си представил продукта си, прочети въпросника за обратна връзка по-долу: „Как се справих с презентацията си“.

Помисли с какво си се справил добре, кое доколко добре се е получило. Оцвети полето под най-подходящия символ.

Четириите символа означават следното:



Трябва да се упражнявам още за това.



Справям се. Ако се упражнявам, ще стане още по-добре.



Това правя добре.




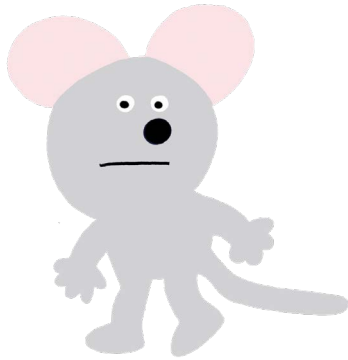
Това правя много добре.

Въпросник за обратна връзка: /ето как се справих с презентацията си/				
Поех си дълбоко въздух, за да се успокоя преди да започна моята презентация.				
Стоях стабилно и изправен.				
Говорих достатъчно високо, за да могат да ме чуват всички в помещението.				
Говорих бавно и правех кратки паузи между изреченията.				
Поддържах зрителен контакт с моята публика.				
Усмихвах се по време на презентацията.				
Накрая на презентацията попитах дали има въпроси.				

**Оцени презентацията на другите деца 2**

Наблюдавай презентацията на другите деца много точно и им кажи какво си видял. 

Формулирай изреченията си, изразявайки уважение и признание. Не забравяй, че твоето наблюдение помага на другите да научат нещо. 



Ти можеш да кажеш например:

Видях, че по време на презентацията си ти пристъпваше от крак на крак.

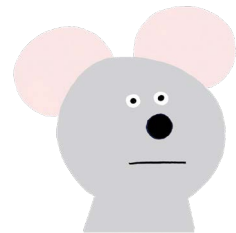
Разбирах те трудно, защото ти говореше тихо.

Ти правеше паузи между изреченията. Това беше много приятно за мен, защото те разбирах много добре.

Ти поглеждаше често към мен и това ми хареса.





Видях, че стоиш отпред със сериозно изражение.

Не чух да попиташ дали има въпроси.

**Помоли някой да оцени твоята презентация 3**

Помоли някое дете да попълни за теб въпросника за обратна връзка.

Сравни маркираното от него с отбелязаното от теб. Има ли разлики?

Въпросник за обратна връзка: /ето как си се справил с презентацията си/				
Изглеждаше ми спокоен.				
Ти стоеше стабилно и изправен.				
Говори достатъчно силно, за да могат да те чуват всички в стаята.				
Говореше бавно и правеше кратки паузи между изреченията.				
Ти поддържахте зрителен контакт с публиката.				
Ти се усмихваше по време на презентацията.				
Накрая на презентацията ти попита дали има въпроси.				

1 Въпросник за „Trash Value - детективи“

Ти работи по предизвикателството Trash Value Challenge, събира отпадъчни материали и от отпадък създаде нещо със стойност. Ти представи твоя продукт пред публика и оцени своята собствена презентация и презентацията на другите деца.

1. Какво ти хареса особено много?

2. Какво още искаш да разбереш и научиш?

3. Какво искаш да умееш още по-добре?

4. Какво можеш да направиш, за да има по-малко отпадъци?

5. Какво ще разкажеш въщи?

Разговаряй с другите за твоите отговори.





Няколко стъпки до твоята лична цел ... 2

Ти разсъждава как можеш да избегнеш отпадъците. Какви отпадъци ще избягваш през следващите няколко седмици?

Преследвай целта си стъпка по стъпка.



Запиши какво точно планираш.



Представи си с всичките си сетива какво ще бъде, когато постигнеш целта си. Опиши или нарисуй картината на бъдещето си: Как ще се чувстваш тогава? Какво ще видиш, чуеш, помиришеш, вкусиш, докоснеш? Какъв ефект ще има поведението ти върху околната среда?



Разкажи на някого за твоя план. Запиши на кого.



Всяка вечер си припомняй как си избягнал отпадъците и се радвай на това.

Ако ти е трудно да устоиш и да проявиш постоянство, помисли какво ще бъде, когато постигнеш целта си, и се радвай на това!

Да окрилим всяко дете



Ти се справи успешно!

Запиши какво сега е по-различно и как се чувстваш.

Отпразнувай твоя успех.

Сега си избири една нова цел и я преследвай също стъпка по стъпка.

Източници (за Empathy Challenge):

Marshall B. Rosenberg: Konflikte lösen durch Gewaltfreie Kommunikation. Ein Gespräch mit Gabriele Seils. Herder 2009

Marshall B. Rosenberg: Erziehung, die das Leben bereichert. Gewaltfreie Kommunikation im Schulalltag. 5. Auflage, Junfermann 2013

Marshall B. Rosenberg: Gewaltfreie Kommunikation. Eine Sprache des Lebens. 11. Auflage, Junfermann 2013

Допълнителна литература (за Empathy Challenge):

Catherine Cadden, Jesse Wiens: Gewaltfreie Kommunikation & Achtsamkeit – Das Ongo-Buch. Arborverlag 2018

Catherine Cadden: Peacable Revolution through education. Baba Tree 2009

Marianne Göthlin, Towe Widstrand: Gewaltfreie Kommunikation. Eine Inspiration für respektvollen Dialog in der Schule. Skolande 2012 (erhältlich als E-Book unter www.skolande.se)

Frank und Gundi Gaschler: Ich will verstehen, was du wirklich brauchst. Gewaltfreie Kommunikation mit Kindern. Das Projekt Giraffentraum. 8. Auflage, Verlag Kösel 2015 (für Kindergartenalter)

Inbal Kashtan: Von Herzen Eltern sein. Junfermann 2005

Alfie Kohn: No Contest. The Case against Competition. Mariner Books 1992

Alfie Kohn: Punished by Rewards. Mariner Books 1999

Justine Mol: Aufwachsen im Vertrauen. Junfermann 2008

Подходящи допълнителни материали за ненасилствена комуникация по М.Б.Розенберг:

www.gewaltfrei.at/kiju/youthstart

www.visfera.com (Материали на немски, английски и много други езици)

www.echt.info (Източник за материали за Австрия за visfera-GFK)

www.kommherzaehlmirwas.at (Съкровищница за деца от Cornelia Schafrath)

Възможности за обучение за ненасилствена комуникация (GFK) по М. Б. Розенберг: В Австрия: <https://www.gewaltfrei.at/content/youthstart>

Сертифицирани треньори за ненасилствена комуникация (= Center of Nonviolent Communication): www.cnvc.org

Онлайн курсове за изучаване на ненасилствена комуникация при работа с деца: www.alltagsinspirationen.at

Видео от уъркшопове с М.Б.Розенберг (на английски език и частично на немски): www.youtube.com

Материали за обучение от поредицата ENTREPRENEUR:

Да окрилим всяко дете, част 1–4

Дай живот на идеите си

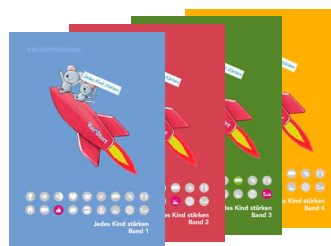
Моите чувства, твоите чувства

По следите на 20-те лева

Решаваме заедно проблеми

Създаваме стойност

Да продаваш е удоволствие



Да се научим да учим цялостно. Тренинг програма за 21-ви Век. Защо внимателност? Една тренинг програма за училището, ежедневието и професията.

Поръчка (на немски език): www.ifte.at/entrepreneur





„Да окрилим всяко дете“ е цялостна програма за началното училище и част от програмата „Youth Start Entrepreneurial Challenges“. Всички части на програмата са публикувани онлайн като Предизвикателства за компетентности на ниво А1 (= начално училище) и са предоставени за бесплатно ползване на интернет страницата www.youthstart.eu, включително и придружаващите ги видеофилми. В рубриката „Тяло & Дух“ можете да намерите кратки видеоклипове с физически упражнения за активизиране и концентрация, както и „Програмата за внимателност на „Youth Start“.

Обяснителни видеа към предизвикателствата:

www.youthstartchallenges.eu/A1Idea1
www.youthstartchallenges.eu/A1Empathy
www.youthstartchallenges.eu/A1TrashValue

Шаблони за жираф и уши на жираф: www.youthstart.eu (A1 Empathy Challenge)

Условия за ползване:

Всички материали за учителите и учениците, разработени в рамките на „Youth Start Entrepreneurial Challenges“ са под лиценз на Креативен комънс (Creative-Commons-Li-zenz). Можете да размножавате и разпространявате материалите във всякакъв формат и медия. Предпоставка за това е коректното упоменаване на имената. Нямаме право да използваме материалите с комерсиална цел. Можете да обработвате материалите, но да ги разпространявате само под същия лиценз като оригинала. Детайли за лиценза ще намерите на интернет страницата

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.de>

Impressum:

- Издател/и: Ева Ямбор, Йоханнес Линднер (немски език); Горанка Недева (български език)
- Автори: Гералд Фрьолих, Йоханнес Линднер (Idea Challenge); Ева Ямбор (Empathy, Idea и Trash Value Challenges); Габриеле Грунт, Корнелиа Шафрат – CNVC сертифицирани тренери за ненасилствена комуникация (Empathy Challenge); Ингрид Тойфел (Trash Value Challenge)
- Консултанти: Юлия Щьогл, Андреа Шойринген (CNVC сертифицирани тренери за ненасилствена комуникация) и Юлия Щраухал – (Empathy Challenge) www.gewaltfrei.at/kiju/youthstart
- Редактор: Мартин Обермайер; Горанка Недева
- Оформление: Валентин Майерхофер и Рафаел Лоренци (лейаут), Хелмут Покорних (титлуна страница и илюстрации), Лукас Филипovich (уводна страница), Петер Щромбергер (пиктограми), Шефан Торрайтер (смайлове), иконка-стъпка от Freerik от www.flaticon.com; Силвия Монева (българска версия)
- Заглавие: Да окрилим всяко дете, Част 2
- Второ, преработено издание: Wien/Salzburg 2019
- ISBN: 978-3-200-06355-6
- Поръчка: www.ifte.at/entrepreneur (HE)



© 2019 Initiative for Teaching Entrepreneurship
Eschenbachgasse 11, 1010 Wien
www.ifte.at

Въвеждането на програмата „Да окрилим всяко дете“ в началните училища в Залцбург се осъществява с финансовата подкрепа на провинция Залцбург.

www.salzburg.gv.at





В тази част от програмата „Да окрилим всяко дете“ ти ще научиш много за себе си:

Ще търсиш своето „съкровище от дарби“, за да откриеш най-добрите си качества.

Ще разбереш какво можеш да правиш изключително добре и какво би искал да правиш още по-добре.

Ще се научиш да обръщаш внимание на това, което ти се отразява добре и те прави щастлив.

Ще играеш игри за откриване и трениране на силните страни на характера и уменията за работа в екип.

Ще разсъждаваш върху това, как можеш да разбереш себе си и да се поставиш на мястото на другите хора.

