



Здрaво да сте  
Hi Neighbour



заједно до  
боље  
**ШКОЛЕ**





# ИМПРЕСУМ

*Брошуру осмислили и припремили*

Гордана Кецман

Ангелина Савић

Љубомир Вуликић

Нада Росић

Нада Летић

*Дизајн*

Жарко Кецман

*Штампа*

Атлантик бб

*Тираж 300 ком*

Брошура је урађена у оквиру Пројекта

“Заједно до боље школе”

Пројекат реализован у

УГ “Здраво да сте”

Комунални центар Бања Лука



Здраво да сте  
Hi Neighbour

# ЗАЈЕДНО ДО БОЉЕ ШКОЛЕ

Реализацију омогућио:





# ПРЕДГОВОР

Изостајање са наставе је изазован педагошки проблем, који све више забрињава наставнике и родитеље ученика основних и средњих школа. Број часова изостанака у сталном је порасту, а посебно забрињава пораст неоправданих изостанака са наставе.

Према неким истраживањима, у основним школама сваки ученик у просјеку годишње изостаје са наставе око 30 часова, док је тај број много већи у средњим школама. Истраживања показују да је тзв. намјерно изостајање са наставе у порасту. Већина ученика деветог разреда изјављује да су бар један дан намјерно изостали са наставе, а изостанке, иако неоправдане, правдали су родитељи.

Увидом у квантитативне и квалитативне анализе успјеха на крају класификационог периода основних и средњих школа, школске 2007/08. године, евидентиран је повећан број изостанака са наставе, што је директни показатељ постојања озбиљних проблема код дјеце и младих, било да се ради о оправданим или неоправданим изостанцима, нарочито у првом разреду средње и завршном разреду основне школе. Повећан број слабих оцјена може даље да води у изрицање васпитно-дисциплинских мјера, или чак у малољетничко преступништво (крађа, дрога, алкохол, као и вршњачко насиље у школи).

Ученици који изостају из школе проводе вријеме на мјестима гдје су изложени разним негативним утицајима, што за посљедицу има слаб успјех у школи, повећан број дисциплинских прекршаја, лош однос у породици и лош однос са вршњацима.

У рјешавању проблема изостајања са наставе, школе углавном прибјегавају изрицању одговарајућих васпитно-дисциплинских мјера што додатно компликује ситуацију и не доприноси рјешавању проблема.

Дјеца која очигледно имају проблем, бивају још више кажњена и њихове могућности за промјену те ситуације се додатно умањују. Са таквом дјецом треба разговарати, охрабривати их, указујући им искрено и стрпљиво, родитељски, на посљедице грешака које праве. Оптерећеност наставника преобимним наставним градивом, мало времена за васпитни рад са ученицима (разговор, помоћ у рјешавању проблема), као и лични проблеми наставника, доводе до апсурдне ситуације, у којој се ученик

кажњава, умјесто да му се у сарадњи са родитељима пружи подршка и помоћ.

Пракса показује да само изрицање васпитно-дисциплинских мјера ријетко утиче на промјену неприхватљивог понашања ученика. Велики број ученика са сниженом оцјеном из владања уопште не реагује на ту мјеру, као ни њихови родитељи, што такође указује да треба тражити друга рјешења, која су усмјерена на помоћ дјечи.

Имајући све ово у виду, наша идеја је била да кроз директан рад са дјецом (психолошке радионице са дјецом, "Разговорник"), наставницима и родитељима, по моделу социјалне терапије утичемо на смањење броја изостанака, васпитно-дисциплинских мјера и вршњачког насиља и побољшање школског успјеха, што ће позитивно утицати на квалитетнију комуникацију:

- Ученик - ученик,
- Ученик - наставник,
- Родитељ - дијете,
- Родитељ - наставник,

а тиме директно утичемо на побољшање резултата учења и смањење броја изостанака ученика.

Такође смо радили на јачању самопоуздања код дјече, формирању слике о себи и савладавању техника учења.

Реализацијом психолошких радионица утицали смо на повећање групне кохезивности и вршњачке солидарности, што је утицало на индивидуални допринос успјеху одјељења и мањем укупном броју изостанака.

Тим за реализацију Пројекта  
Гордана Кеџман  
Ангелина Савић  
Љубомир Вуликић



# Пројекат “Заједно до боље школе”

Пројекат “Заједно до боље школе”, реализован је у двије основне школе (“ Доситеј Обрадовић” и “ Бранко Ћопић”) и у Средњој пољопривредној школи у Бањој Луци, у трајању од двије школске године (шк. 2007/08. и 2008/09. год.)

## Циљ Пројекта

Основни циљ Пројекта био је:

- Да се кроз развијени директан програм рада дјелује на смањење броја изостанака, посебно неоправданих;
- Да се смањи број изречених васпитно-дисциплинских мјера и вршњачко насиље у школи;
- Да се смање конфликтне ситуације и да ученици постигну бољи успјех у учењу.

Специфични циљеви Пројекта:

1. Смањење изостанака међу ученицима основних и средњих школа (посебно неоправданих изостанака);
2. Побољшање комуникације на свим нивоима : ученик - ученик; ученик - наставник; ученик - родитељ; родитељ - школа;
3. Побољшање школског успјеха, ефикасније учење;
4. Развијен модел за рад на проблему школских изостанака међу дјецом.

## Циљна група

Циљну групу чинили су ученици (око 600 ученика узраста од 12-16 година за двије школске године), наставници и родитељи из двије основне и једне средње школе.

## Активности које су реализоване у Пројекту

- Радионице са ученицима;
- Радионице са родитељима;

- Радионице са наставницима;
- “Разговорник”;
- Вршњачка помоћ у учењу;
- Волонтерски рад - помоћ дјечи у учењу.

## Постигнути резултати

- У све три школе, према праћењу школског успјеха, број неоправданих изостанака смањен је за око 20%, што потврђују извјештаји и анализе на крају класификационих периода.
- Смањен је број изречених васпитно-дисциплинских мјера, мање је евидентираног вршњачког насиља и смањен је број конфликтних ситуација на свим нивоима.
- Дјечи са тешкоћама у учењу успјешно су помоћ пружали волонтери (студенти), што је за резултат имало и побољшан школски успјех.
- Постигнута је боља хомогенизација колектива, у одјељењу је мање неприхваћених ученика.
- Примијењени елементи модела су реализовани и показали су се функционалним.

## Модел рада са ученицима, наставницима и родитељима

### **I РАДИОНИЦЕ**

- Радионице за дјecu
- Радионице за наставнике и родитеље

### **II “РАЗГОВОРНИК”** - групна социјална терапија

### **III ВРШЊАЧКА ПОМОЋ**

### **IV ПОМОЋ ВОЛОНТЕРА У УЧЕЊУ**

# I РАДИОНИЦЕ



## *Кратак подсјетник о радионици*

Радионица је посебан метод рада, код којег нагласак стављамо на процес и начин рада. Основно обиљежје сваке радионице подразумева лично и активно учешће сваког учесника.

Циљ сваке радионице је усмјеравање ка неком заједничком раду.

Основне карактеристике радионице, којима се уједно може и дефинисати, су:

- Лични ангажман или лично учешће;
- Рад у малим групама;
- Активно учешће свих;
- Разноврсност комуникацијских образаца;
- Атмосфера подршке;
- Право на различитост и поштовање потреба, емоција и начина функционисања сваког учесника;
- Рад на заједничкој теми;
- Ослањање на лична искуства.

## *Број учесника и трајање*

- Препоручљив број учесника радионице је између 15 и 25, један или два водитеља радионице.
- Препоручено вријеме трајања једне радионице састављене од неколико активности је од 1,5 - 2 сата.

## *Основна правила радионице*

- Правила се доносе на почетку групног рада, заједнички, и тиме постају правила свих чланова.
- Правило круга - сви сједи у кругу, јер то даје једнаку могућност изражавања без ичије доминације.
- Правило "даље" - размјена иде у круг, а ако неко не жели учествовати у некој активности има право рећи "даље".
- Правило слушања - очекује се пажљиво међусобно слушање, док један говори остали слушају.
- Правило дискреције - саопштено у кругу тамо треба и остати.
- Правило учествовања - у радионици нема посматрача, сви учествују.
- Правило поштовања договореног времена.

- Посебна правила - специфична договорена правила (телефон, кретање, храна...)
- Правила су обликована тако да описују јасна пожељна понашања, а не непожељна понашања.
- Морају бити јасне посљедице не придржавања правила.

### *План радионице – сценариј*

Радионица мора имати врло јасан и унапријед дефинисан план, сценариј.

Од доброг сценарија зависи успјех радионице. Суштину сценарија чине структуриране активности, које настају као резултат конкретног захтјева који уводи водитељ радионице, а обједињене су око једне теме.

Сценариј преко конкретних захтјева усмјерава лични ангажман учесника. Важно је да подстиче кооперативност, а не такмичење и дискриминацију. Сценаријем треба прецизно назначити предвиђене облике, тј. технике групног рада.

### *Најчешћи облици рада*

- Размјена у цијелој групи - основни облик рада којим почиње и завршава свака радионица.
- Разговор у круг - говор по реду сједења.
- Групна дискусија - мање структурирана размјена, важно је међусобно слушање у оквиру одређене теме.
- "Олуја мозга" - слободне асоцијације на задану тему.
- Симултана и индивидуална активност - захтјев усмјерен на унутрашњи ангажман (присјећање, размишљање...).
- Рад у паровима или малим групама (мала група 3 - 5 чланова).

### *Неке радионичке технике*

- Вођена машта - уз водитељево усмјеравање, навођење маште на искуство потребно за даљњу активност.
- Перформанс (играње улога, ликовни израз, глума, плес, покрет, звук, музика...).

## *Игре*

Игре могу бити неvezане уз тему радионице, заокружују динамику групе, појачавају осјећај припадности и сарадње, опуштају и увесељавају, враћају концентрацију.

## *Основне фазе радионице*

- Изазивање личног доживљаја - проживљавање новог садржаја кроз лично искуство.
- Уобличавање личног доживљаја - најчешће конкретизовано ријечима (цртеж, покрет).
- Размјена - обогаћивање личног искуства (у пару, мањој групи, у кругу).
- Обрада - размјењен и обогаћен садржај претвара се у сазнање. Кључна је улога водитеља који сажима, уопштава и смислено повезује све добијено током рада, јер тиме омогућава учесницима простор за њихов коментар .

## *Водитељ би требао*

- Не причати о временском трајању радионице - размишљање о дужини трајања радионице могло би надвладати размишљање о садржају.
- Не сједити - кретати се што више за вријеме рада у групама и подстицати на рад.
- Користити што више примјера - на овај начин даје се живост и омогућују асоцијативне везе.
- Памтити имена учесника.
- Гледати учеснике док говоре - не радите нешто друго док причате.

Циљ водитеља радионице јесте да постигне да учесник жели да ради оно што ради (да нема присиле).

Водитељ не прати само учеснике радионице, већ услове и атмосферу у којој се рад одвија.

Код њих развија самодисциплину и одговорност као вањску мотивацију.

## *Неколико сугестија за развијање позитивног ауторитета*

- Развијање самопоуздања помаже доброј комуникацији са другима и са самим собом.
- Јасно информисање учесника о циљу рада и шта ће “сада и овдје” радити заједно.
- Јасно исказивање својих очекивања према групи и сваком појединцу.
- Ослушкивање очекивања чланова групе према вама и вашем раду.
- Нуђење алтернативе оним члановима који не желе учествовати у раду.

## *Проблеме са одржавањем ауторитета могуће је ублажити*

- Учесника радионице који омета рад не треба критиковати, већ му поново јасно рећи своје осјећаје и захтјеве у односу на њега.
- Ослоните се на властите потребе и осјећаје, јасно покажите шта вам смета без критиковања особе, говорите о конкретном понашању, поступку, догађају.
- Будите досљедни и јасни у изражавању захтјева.
- Позовите се на правила рада.
- Водитељ ствара атмосферу прихватања без процјењивања и критике.
- Важан је процес, а не само исход - водитељ не нуди готова рјешења.
- Свако рјешење, макар и погрешно, користи се као нова ситуација за учење.
- Водитељ охрабрује сваког учесника радионице.
- Водитељ поштује отпор, нечије одбијање учешћа у некој активности
- Слушајте пажљиво и отворено.

Радионица (без обзира на тему) идеална је за вјежбање комуникацијских вјештина.

## *“ЈА - поруке”*

- Властити проблем треба увијек исказати, јасно рећи шта ми смета, али на начин који неће бити оптужујући, без критиковања и етикетирања.
- “ЈА - поруке” су начин да кажемо шта нам смета, а да притом не блокирамо даљу комуникацију.



Четири компоненте "ЈА - поруке":

1. Опажање - оног што друга особа ради или говори, а смета нам. Морамо разликовати опис понашања и наше тумачење тог понашања (нпр. није свако кашњење неодговорност);
2. Осјећај - у односу на опажање;
3. Потребе - које доводе до исказаних осјећаја. "ЈА - порука" јасно показује шта нам смета у оног што особа ради, како се ми осјећамо, али говоримо и о потреби која нам је незадовољена и због које се осјећамо лоше;
4. Захтјев - конкретне акције које бисмо жељели да се подуму да би наше потребе биле задовољене.

Формула "ЈА - поруке":

- Кад радиш, кажеш,... (опажања);
- Осјећам се (уплашено, збуњено, повријеђено, ...);
- Зашто ја имам потребу за (прихваћањем, уважавањем,...);
- Вољела бих да ти (направиш, кажеш, ...);
- Како "ЈА - порука" није оптужујућа, нападачка и не значи процјену друге особе, веће су шансе да нас друга особа чује и изађе у сусрет нашем захтјеву.

## *Евалуација рада у радионици*

Препоручује се да водитељ након сваке радионице уради евалуацију са учесницима, како би имао повратну информацију о ефектима радионице (утици, доживљају, корист у будућем раду, приједлози за даље...)

"Ове радионице сумо навеле на размишљање. Радионица о пријатељству ми је највише помогла и схватила сам колико ми мој разред значи. На њима сам се по први пут отворила и рекла оно што мислим пред свима, не бојећи се како ће они то прихватити. Научила сам слушати друге као и помагати им у проблемима. Ове радионице су ми се много свидјеле. На свакој радионици сам се трудила исказати своје мишљење и размишљати о њој. Кад сам први пут дошла и сјела у круг мислила сам да ће бити досадно, али већ након прве радионице сам промијенила мишљење. Волим своје пријатеље и свиђају ми се ове радионице са њима."

О. Ф., 7 разред

"Научила сам пуно тога... Научила сам како остварити своје циљеве, како слушати друге, технике учења. Највише ми је пријало то што сам се могла

слободно изразити и дати своје мишљење о нечему, а да ме сви слушају. На радионицама смо се боље упознали и постали бољи пријатељи. Ја сам се више почела дружити са дјечацима и мени је драго што могу са њима разговарати о свакој теми.”

М. К., 7. разред

## Радионице за дјецу

1. Очекивања
2. Упознај себе
3. Пријатељство
4. Изостајање са наставе и могући ризици
5. Рјешавање сукоба (конфликата)
6. Учење учења
7. Постизање циљева
8. Активно слушање



# 1. Очекивања

## УВОД

Хвала што сте се одазвали и дошли на дружење. Наша жеља је да се у наредном периоду дружимо, да се боље упознамо, да размијенимо мисли и осјећања, да једни другима будемо ослонац и подршка, да квалитетније комуницирамо, те да климу у одјељењу учинимо пријатном и занимљивом.

### *Упознавање са правилима радионичарског рада*

Напомена: Док будемо радили поштоваћемо нека правила важна у радионичарском раду:

1. Сви сједимо у кругу;
2. Док један говори остали слушају;
3. Сви учествујемо у раду;
4. Кад радимо у групама настојимо да не ометамо рад других;
5. Код презентације пажљиво пратимо излагање других група (водителј може са групом утврдити и још нека правила).

### *Представљање Пројекта*

Увидом у анализе постигнутог успјеха у учењу и владању, примијетили смо да се из године у годину повећава број изостанака, како оправданих, тако и неоправданих. Оно што је посебно карактеристично је да број изостанака расте са узрастом - старија дјеца више изостају, а разлог изостајања са наставе није само болест. Ранијих година са наставе су неоправдано изостајали лошији ученици (ученици са тешкоћама у учењу и понашању), док данас врло често изостају и одлични ученици, чији је циљ углавном добра оцјена.

Промијењен систем вриједности и моралних норми, довео је до честе појаве да родитељи правдају изостанак дјетету, иако знају да није болесно,

јер по њима “жеља за добром оцјеном оправдава сва средства, па чак и изостајање са наставе”. На тај начин, мислећи да чине добро, руше моралне вриједности и шаљу јасну поруку да одговорно понашање, испуњавање обавеза, искреност и поштење нису вриједности које се цијене.

**Акциона истраживања која су проведена у основним и средњим школама указују да су најчешћи узроци изостајања са наставе:**

- Страх од слабе оцјене;
- Лоши односи у породици;
- Неприхваћеност међу вршњацима у школи.

**Према истом истраживању узроци слабог успјеха у школи су:**

- Незаинтересованост ученика (досада због неразумијевања наставног предмета);
- Преопширно градиво;
- Празнине у претходном знању;
- Лоша комуникација са наставницима;
- Недостатак адекватне подршке у учењу.

**Узроци слабог владања су:**

- Неадекватна комуникација;
- Недостатак самопоуздања;
- Потреба за доказивањем и придобијањем пажње и подршке вршњака
- Конфликти са вршњацима, родитељима и наставницима (на неуспјех у раду ученици најчешће реагују повлачењем или агресијом, која је усмјерена према вршњацима, понекад чак и родитељима и наставницима).

ЦИЉ нашег заједничког рада је да кроз психолошке радионице и директан рад са дјецом, наставницима и родитељима утичемо на смањење броја изостанака (посебно неоправданих), смањење броја изречених васпитно-дисциплинских мјера и вршњачког насиља у школи, смањење конфликтних ситуација и да ученици постигну што бољи успјех у школи.

## УВОДНИ ДИО

Иако се већ дуго дружите и идете у исто одјељење, данас је прилика да се мало боље упознамо.

Учесници сједи у кругу. Водитељ им се обраћа ријечима: “Сада ће свако од вас да изговори своје име.”

**1. Реците своје име** (водителј почиње са својим именом).

**2. Да бисмо се боље чули изговорите своје име гласније.**

**3. Ланчано памћење имена** (ви сви знате имена својих другара).

Помозите и нама да и ми запамтимо сва имена тако што ће први до мене да изговори своје име и име онога ко је до њега. Онај до њега ће да изговори име претходника, своје име и име онога ко је сљедећи у кругу. И тако до краја круга. (Водителј на крају изговара имена свих у кругу и на крају додаје своје име).

**4. Реците нешто о себи.**

Пошто сад знамо имена једни другима. можемо мало боље да се упознамо. Реците нешто о себи, онолико колико желите.

Водителј говори први. Зато је важно да нађе праву мјеру која ће да ослободи остале да говоре о себи. Он им, причом о себи, нуди модел који није сиромашан, али није ни опширан. Важно је да прича о себи буде аутентична, а не дескриптивна. Сваки учесник говори о себи онолико колико жели. Уколико неко не жели да говори, то се прихвата. Може се десити да неко има појачану потребу да говори о себи. Уколико водителј осјети да то ствара лошу атмосферу у групи, у погодном тренутку саопштава да ће бити довољно времена да се у сљедећим дружењима томе посвети пажња и да послуже радионице могу да наставе разговор.

## ЦЕНТРАЛНИ ДИО

**5. Шта очекујете од наших дружења?**

За ову секвенцу је потребно да се унапријед припреме папири и фломастери, које водителј подијели ученицима. Радионица се потом наставља сљедећом инструкцијом: "Сад више знамо једни о другима и сигурно свако очекује нешто од ових дружења. Размислите шта очекујете (пауза) и то запишите." Не пожуривати, оставити довољно времена за размишљање. Када водителј оцијени да су сви завршили, прелази се на размјену, у којој учествују сви. Реците шта очекујете од наших дружења. Размјена може да тече ланчано или укрштеним интеракцијама, према томе каква је интеракција у групи.

**6. Шта можемо заједнички да остваримо?**

Чули смо наша очекивања. Шта мислите, шта је од тога могуће да

остваримо заједно? Овдје је важно створити услове за активно учешће свих. Учесници говоре о својим очекивањима ланчано.

### **7. Прављење листе очекивања.**

Сад ћемо да направимо листу очекивања за која сматрамо да их можемо остварити. Потребан је велики пак-папир, на којем сарадник записује сва очекивања, да би се, у наредној секвенци, издвојила најважнија.

## **ЗАВРШНИ ДИО**

### **8. Презентација листе очекивања**

Погледајте сада још једном листу наших очекивања. Сва наша очекивања су значајна, али међу њима има и разлика. Нека су нам изузетно значајна и њих желимо прво да остваримо. Покушајте сада да изаберете и издвојите она која су најзначајнија.

Сарадник обиљежава изабрана очекивања. Може се догодити да неко од учесника испољи отпор, деструктивност или беспомоћност.

Потребно је да се водитељ припреми за такву ситуацију и у себи савлада лоша осјећања.

Веома је важно у радионици сачувати уравнотежен однос између конструктивних и деструктивних приједлога и ослањати се на конструктиван допринос групе. Једна од сугестија је да се прихвати деструктиван испад и да се сачека асиметрична реакција других, која се прихвата и подржава.

Уколико неко "искочи" са својом реакцијом, јер не може да сачека свој ред, подсјетити га на договор о правилима у радионици. Притом је важно да се то не доживи као одбацивање, већ као захтјев за поштовање заједничког договора.

### **9. Завршни круг**

Реците шта мислите и како се осјећате послје свега што се овдје данас догодило.

Ланчано изговарање имена уз стисак руке, које се изводи тако да прво водитељ изговори своје име оном ко је до њега у кругу и стисне му руку. То се ланчано понавља до краја круга.



# 2. Упознај себе

## УВОД

Кроз лични идентитет доживљавамо и препознајемо себе и одређујемо свој однос према спољњем свијету. Адолесценција је период грађења своје аутономности и личног интегритета, који при крају овог периода добија свој печат и пуну форму.

Циљ радионице:

- Да учесници постану свјесни себе и својих различитих особина;
- Да се представе другима;
- Да прихвате друге и њихову међусобну различитост.

## УВОДНИ ДИО

### 1. Изговарање свог имена на необичан начин

#### 2. Ово сам ја (цртање беџа)

Водитељ учесницима подијели припремљене округле картоне величине беџа, на којима свако црта себе, свој портрет. Водитељ подстиче да цртеж садржи детаље које учесник реално посједује (облик лица, носа и очију), наглашавајући да је сваки продукт једнако вриједан. Затим, сваки учесник испод свог портрета исписује поруку, мисао која је за њега вриједна и значајна. Затим се, шетајући по простору упознаје са туђим цртежом и поруком.

## ЦЕНТРАЛНИ ДИО

### 3. Да сам ја

Сваки учесник добије папир А 4 подијељен на 4 поља. У сваком пољу уписује или црта свој одговор на необична питања. Водитељ даје довољно времена за смишљање одговора, јер је учесницима потребан контакт са собом, као и маштовитост и имагинација.

а) "Замислите да сте боја, која боја бисте били?" (свако од учесника обоји

дио квадрата бојом којом би себе представио)

б) “Замислите да сте дрво, које дрво бисте били?” (свако од учесника нацрта дрво у другом квадрату)

ц) “Замислите да сте годишње доба, које бисте годишње доба били?” (учесници исписују које су годишње доба невезано за датум рођења)

д) “Замислите да сте животиња, која животиња бисте били?” (учесници цртају или исписују име животиње коју су одабрали)

Кад сви заврше са цртањем или описивањем окрећу свој папир ка кругу и започиње са размјеном и тумачењем одговора. Сваки учесник са свог листа врши избор једне слике и на основу избора слике формирају се групе (нпр. група годишња доба, боја, животиња, дрво). Свака група се представља перформансом, тј. свака група представља свој рад користећи сва средства изражавања (глума, пјесма, покрет, ријеч, звук...).

#### **4. И добро и лоше о мени**

Сви учесници на парчету папира (половина А4 пресавијена по пола) издвајају двије до три своје особине на које су поносни, а на другој половини истог папира двије до три особине које би вољели да промијене, које сматрају негативним.

Водитељ наглашава да то што сада пишу неће дијелити са групом, то остаје сваком учеснику.

Питања за дискусију:

- Да ли постоје само људи са позитивним особинама?
- Да ли се наше особине током времена мијењају?
- Да ли се могу кориговати негативне особине и како?

Циљ дискусије је схватање значаја увида и свијести о позитивним и негативним особинама, ради формирања слике о себи и евентуалном напуштању идеализоване или крајње негативне неприхватајуће слике о себи.

## **ЗАВРШНИ ДИО**

#### **5. Препоручена повјерљива писма**

Водитељ подијели сваком у групи онолико папира колико има учесника у групи, рачунајући и себе.

Ти папери представљају повјерљива писма која ће послати једни другима. Сваки учесник ће насловити писмо именом учесника коме пише

и написати шта мисли о тој особи, наводећи њене позитивне особине или понашање, не потписујући папир. И тако редом, док не напише писмо сваком учеснику радионице. Форма може бити:

-“Код тебе ми се допада ...” или

-“Драго ми је што си ...”

Кад сви заврше исписивање, водитељ их упућује да своје писмо убаце у коверте онима којима су намијењени (водитељ унапријед припреми онолики број коверата колико је учесника на којима су исписана имена). Кад је завршена предаја писама, сваки учесник узима своју коверту и почиње читање “за себе”.

Дјеца сједе у кругу и свако од њих прокоментарише како се осјећао на радионици и шта је на њега оставило најснажнији утисак. На крају, водитељ даје свој коментар уз напомену да није важно да дјеца открију “писце” порука, већ да сазнају како их други виде.

# 3. Пријатељство

## УВОД

Пријатељство је однос који даје значајну подршку развоју и формирању идентитета.

Пријатељство пружа могућност да се у оквиру њега изнесу, размотре и размијене важна питања, дилеме и тешкоће, карактеристичне за процес одрастања.

Циљ ове радионице је да се упознају значајне карактеристике пријатељства, те да се препозна одговорност за његовање и квалитет овог важног односа.

### **МАТЕРИЈАЛ:**

- Пак-папир за плакат “ Знаци пријатељства”;
- Фломастери, љепило...

## ЦЕНТРАЛНИ ДИО

### **1. Осврт на претходну радионицу**

У претходној радионици добили сте поруке од својих другара. Како сте се осјећали док сте их читали? Размјена у круг.

### **2. Гест пријатељства**

Сваки учесник упућује особи лијево од себе неки гест пријатељства (нпр. руковање, тапшање по рамену, осмијех..), а овај сљедећем неки нови гест и тако редом у круг...

### **3. Мој пријатељ**

Сједите што удобније, покушајте да се опустите и пратите оно што говорим.

Помислите на једног свог пријатеља, на неку особу за коју можете да кажете: “ово је мој пријатељ.”

Ако вам више њих падне на памет, издвојите у мислима једну особу.

- Сјетите се од када сте пријатељ са том особом?
- Одакле се знате и колико траје ваше пријатељство?
- Каква је та особа?
- Шта је оно што ту особу чини вашим пријатељем?
- Шта је то што она посједује?
- Шта је то што је издваја као вашег пријатеља?

Водитељ лаганим темпом поставља питања дајући времена учесницима да у себи одговоре на њих. На крају замишљања, водитељ позива учеснике који желе да подијеле са групом свој доживљај.

#### **4. Размишљам о пријатељу**

Учесници се дијеле у групе, а затим водитељ да свакој групи упитник са сљедећим питањима:

- Које особине, квалитете, карактеристике, цијениш код пријатеља?
- Како настаје и како се његује пријатељство?
- Како препознајеш да ти је неко пријатељ?
- Због чега ти је важно да имаш пријатеља, шта битно добијаш из тог односа?
- Да ли морамо бити слични да бисмо били пријатељи?
- Да ли за тебе има разлике између другарства и пријатељства?
- Како престаје пријатељство?

Потребно је да кроз размјену у малим групама (15 минута) учесници што исцрпније одговоре на питања, позивајући се на своја искуства и мишљења.

## Извјештај група

Свака група саопштава своја размишљања. Током излагања група водитељ издваја битне садржаје, указује на сличности и разлике и покушава да интегрише суштинска размишљања везана за конкретна питања.

#### **5. Плакат: “Знаци пријатељства”**

Водитељ закачи плакат “Знаци пријатељства” и свако од учесника ставља на плакат свој печат пријатељства у облику неког симбола, боје, ријечи, реченице и слично.

## ЗАВРШНИ КРУГ

Учесници сједају у круг.

Издвојите, по вама, три важне особине за пријатеља (сви говоре ланчано).

Сјетите се свог пријатеља и пошаљите му пријатељску поруку у мислима.

# 4. Изостајање са наставе и могући ризици

## УВОД

Изостајање са наставе је појава која је у сталном порасту у школама. Често ученици неоправдано изостају са наставе, а посљедице тог изостајања су вишеструке: ученик пропушта прилику да градиво лакше научи, навикава се да пред препрекама брзо одустаје, заваравав себе и родитеље. Излаже се разним врстама ризика (лоше друштво, пушење, алкохол, дрога, коцка...).

Циљ радионице је да на приступачан и занимљив начин ученицима омогући потпуније сагледавање могућих посљедица неоправданог изостајања са наставе. Да развија самосвијест о могућим ризицима и посљедицама, које проистичу из немарног односа према школским обавезама и олаком доношењу одлука да без видљивих разлога напуштају часове. Радионички начин рада утиче на лакше и сигурније савладавање препрека, као и на јачање ученичког самопоуздања.

### **МАТЕРИЈАЛ:**

- Текст приче;
- Папир А4 за сваку групу;
- Фломастери, бојице, љепило.

### **1. Изговарање имена на необичан начин, ланчано**

## ЦЕНТРАЛНИ ДИО

Ученици често неоправдано изостају са наставе. Шта мислите који су најчешћи разлози неоправданих изостајања? - "олуја мозга"  
(водителј прави листу на папиру већег формата)

Да ли неко од вас жели да исприча своје лично искуство кад је неоправдано изостао са наставе (који су разлози, како си се осјећао, шта си рекао родитељима, наставницима, друговима...)

Иза прича слиједи коментар водитеља, везан за приче, а након тога чита унапријед припремљену причу.

### **Текст приче**

Наставница математике најавила је писмену задаћу. Група дјевојчица и дјечака осмог разреда (њих 7), плашећи се да неће успјешно ријешити задатке, одлучи да тај дан не дођу на наставу. Договорили су се да крену од куће у вријеме почетка наставе и да се нађу у парку. Освануло је кишовито јутро, али су се ипак нашли на договореном мјесту. Покушавали су да се договоре гдје ће провести шест часова, колико су тај дан имали по распореду, не знајући да је наставница већ одгодила писмену задаћу због њиховог недоласка.

Било је различитих приједлога гдје да се иде...

Чули сте дио приче. Ваш задатак је да у групи разговарате о поступкових ученика, опасностима којима су били изложени, њиховим приједлозима како да проведу вријеме и како се све завршило..

Подјела ученика у групе на један од начина који одабере водитељ.

## **ЗАВРШНА АКТИВНОСТ**

### **Презентација група**

Након презентације, учесници сједају у круг. Водитељ чита наставак приче уз завршни коментар.

Наставак приче: "Пошто се нису могли договорити гдје да иду, пет ученика је дошло у школу, један ученик се вратио кући, а један је остао у парку.

Сутрадан, када се састао са друговима, испричао им је да је на клупи у парку остао дуго и размишљао о непромишљеној одлуци која је у њему изазвала љутњу и кајање и запитао се шта му је то требало."

На крају учесници радионице заједно са водитељем праве листу могућих ризика и посљедица код неоправданог изостајања са наставе и записују на велики папир.



# 5. Рјешавање сукоба

## УВОД

### 1. Изговорите своје име из осјећања у којем се тренутно налазите

Учесници ланчано изговарају имена

### 2. Игра "Мост"

На поду је импровизиран мост (помоћу 2 траке залијепљене на поду на размаку од 20 см). Учесници замисле да је испод моста ријека или провалија. Учесници су подијељени у двије групе и стоје на крајевима са обе стране. Првих двоје полазе једно према другом са намјером да се мимоиђу, а да не упадну у воду. Траже најсигурније и најкреативније рјешење. Остали крећу за њима тако да убрзо цијели мост буде испуњен учесницима који се мимоилазе. Игра је готова када групе пређу са једне на другу страну.

Са конфликтима се сусрећемо сваки дан. Конфликт настаје оног тренутка када се стране суоче са својим различитим потребама, захтјевима, очекивањима везаним за заједничке ствари.

Циљ ове радионице је да учесници освијесте свој став према конфликту и да прођу кроз процес настајања и рјешавања конфликта.

### МАТЕРИЈАЛ ЗА РАД:

Папир, оловке, примјерак приче за сваку групу, велики папир за стратегије.

## ЦЕНТРАЛНИ ДИО

### 3. Подјела у групе и подјела прича (рад траје 10 минута)

Водитељ дијели учеснике у групе, на начин који он изабере. Свака група добија текст приче. Ако је већи број ученика, више група може добити исти текст.

#### **4. Представници група читају, затим слиједи дискусија у групи**

Читање прича по групама, затим анализа типичних конфликтних ситуација и одговарање на питања кроз структуриран упитник - осмишљавање стратегија у рјешавању конфликта.

##### *ПРИЧА БР 1.*

Јована и Тијана су добре другарице. Јована је одличан ђак и школа јој добро иде. Међутим, са Тијаном то није случај. Она тренутно има три јединице. Тијана каже Јовани да хоће да одговара да би поправила оцјену из историје. Знајући да наставник историје једно питање постави сам, а друго пусти ученика да изабере у разговору, Тијана спомене коју лекцију је добро спремила и коју намјерава да одговара. Час почиње. Наставник испитује и неочекивано прозове Јовану. Кад је Јована требало да изабере лекцију коју ће да одговара изабрала је управо ону лекцију коју је спремила Тијана, пошто је ту лекцију најбоље знала. За овај одговор је добила петицу. Тијана је одустала да се тог часа јави да поправи оцјену и отишла је кући одмах након звона. Јована је знала да ће последице тога односи између ње и Тијане захладнити и било јој је жао због тога.

##### **Питања за анализу:**

1. Неспоразум је настао због... (водите рачуна да сукоб опишете неутрално, као њихов заједнички проблем, а не као оптужбу било које стране у конфликту).
2. Шта је све могло навести Јовану да поступи на начин на који је поступила?
3. Како су се Тијана и Јована осјећале последице часа?
4. Како би Јована могла да започне прекинуту комуникацију са Тијаном? Шта би могла да јој каже?
5. Како је Тијана последице часа могла да исказе своје незадовољство, а да не прекине комуникацију?

##### *ПРИЧА БР. 2*

Весна и Наташа су најбоље другарице. Весна је врло стидљива, док је Наташа отворена и комуникативна. Весни се допада један дјечак, кога Наташа добро познаје. Пошто нема храбрости да му приђе, Весна је замолила Наташу да то учини умјесто ње, тј. да му каже да јој се он свиђа. Десетак дана Наташа преноси поруке и једној и другој страни. Весна је заљубљена и мисли да има шансе да се почне виђати са тим дјечаком. Међутим, сасвим случајно на одмору Весна чује разговор једне групе из одјељења, која прича како су Наташа и тај дјечак почели да се забављају.

Након тога, Весна одмах потражи Наташу и ништа је не питајући саспе јој увреде у лице. Наташа, не схватајући о чему се ради, узвраћа јој истом мјером.

**Питања за анализу:**

1. Неспоразум је настао због... (водите рачуна да сукоб опишете неутрално, као њихов заједнички проблем, а не као оптужбу било које стране у конфликту)?
2. Шта мислите, која су осјећања навела Весну да поступи на тај начин?
3. Због којих осјећања је Наташа узвратила истом мјером?
4. Шта је требало да уради Весна при сусрету са Наташом, након што је чула причу у дворишту?
5. Како би Весна требало да поступи кад схвати да информација није тачна?

*ПРИЧА БР. 3*

Два добра друга, Милан и Драган, договорили су се да заједно иду на дочек Нове године. У међувремену, Драган је почео да се забавља са дјевојком која му се одавно допадала. Више нема толико времена за дружење са Миланом. Неколико дана пред дочек, Драган се јавља Милану, подсјећа га на њихов ранији договор и предлаже му да дочекају Нову годину код његове дјевојке, која за ту прилику прави журку. Драган не познаје добро друштво своје дјевојке и због тога му је веома стало да са њим буде Милан, а истовремено жели и да испоштује њихов ранији договор. Милану овакав аранжман не одговара. Он се у међувремену договорио да иде са друштвом из разреда и глупо му је да иде са Драганом, јер претпоставља да ће Драган све вријеме бити са дјевојком, а он у том друштву не познаје никог другог. Због тога Милан наговара Драгана да њих двојица у старом друштву дочекају Нову годину.

**Питања за анализу:**

1. У чему се састоји сукоб у овој ситуацији? (водите рачуна да сукоб опишете неутрално, као њихов заједнички проблем, а не као оптужбу било које стране у конфликту)?
2. Шта својим приједлогом жели да постигне Милан, а шта Драган и које су њихове потребе?
3. Како Милан и Драган могу да ријеше овај проблем, а да обојица буду задовољни?

Након завршеног рада у групама водитељ радионице позива групе да

презентују свој рад

**5. Представници група презентују стратегију рјешавања конфликта и то се записује на велики папир**

**6. Завршни коментар водитеља о конфликтима**

### *КОМЕНТАР ВОДИТЕЉА*

Конфликти сами по себи нису ни добри ни лоши. Они су често неизбјежни, јер настају због чињенице да различити људи живе заједно и да су упућени једни на друге. Не треба се плашити конфликтних ситуација, нити их избјегавати. Могу бити непријатни, али су често веома корисни, јер омогућују стварни напредак у комуникацији и представљају прилику за успостављање бољег односа за обе стране.

*(Ова прича о конфликтима иде на крају радионице и може се проширити по процјени водитеља.)*

# 6. Учење учења

## УВОД

Циљ ове радионице је подржати и подстицати однос према учењу као према континуираном и свеобухватном сазнавању живота и свијета око себе.

## Задаци

- Да ученици на критичан, одговоран и креативан начин сагледају свој однос према учењу.
- Да се код ученика развије унутрашња мотивација за учењем и самообразовањем.
- Да се учење прикаже као перманентан процес који се никад не завршава, чиме утичемо на проширивање појма учења и на стицање знања ван институције.

### **Материјал:**

Папир, оловке, бојице, велики папир, селотејп и упутство за учење које се на крају дијели ученицима.

## ЦЕНТРАЛНИ ДИО

Сви учесници радионице сједе у кругу. Активност почиње ријечима:

**1. Он/она, умије да...** (Свако у круг представи особу до себе реченицом: "Ово је Марина која умије да лијепо пјева – примјер.)

**2. Подјела у 4 групе** (Начин избора одређује водитељ.)

**3. Свака група извлачи унапријед припремљен задатак** (Дозволити дискусију у групи, а након тога свака група пише на листу папира свој задатак.)

#### **4. Задаци за групе**

- Услови у којима учимо;
- Планирање учења;
- Начин на који учимо;
- Зашто да учимо редовно.

Након рада у групама иде се на презентацију.

Док дјеца раде у групама водитељи на табли поставе 4 већа папира гдје пишу приједлоге група. Остале групе такође учествују и допуњавају са својим приједлозима.

Водитељи такође учествују у прављењу овог материјала и допуњавају са својим приједлозима на крају.

Маркирати најважнија правила.

## **ЗАВРШНИ ДИО**

Сви учесници сједају у круг и свако каже шта је за њега било најважније, шта је научио у овој радионици.

Свим учесницима на крају подијелити материјал.

### **ПРИДРЖАВАЈМО СЕ ОВИХ УПУТСТАВА:**

#### *УСЛОВИ У КОЈИМА УЧИМО*

1. Прије учења прозрачимо собу. Чисти зрак помаже бољем раду мозга. У просторији не смије бити ни претопло ни прехладно (најбоље од 18 до 22 степена).
2. Учимо увијек у исто вријеме (не одмах након школе, нити одмах након јела).
3. Учимо увијек на истом мјесту, сједећи за столом.
4. На столу припремимо сав материјал за учење, а све остало склонимо, радио и ТВ угасимо.
5. Сједимо тако да нам свјетло долази с лица или са стране, како на папирима и књигама не би било сјене.

#### *ПЛАНИРАЊЕ УЧЕЊА*

1. Направимо стални распоред за учење, одмор и остале активности.
2. Сваки дан одредимо редосљед учења предмета (теже градиво учимо прије, а лакше послје).

3. Учимо у континуитету по 45 – 50 минута.
4. Учење различитих предмета прекидамо кратким одмором.
5. Теже предмете боље учимо распоређено у неколико дана у седмици, него да један дан учимо неколико сати. Исто вриједи и кад се припремамо да одговарамо неки предмет.

## *НАЧИН НА КОЈИ УЧИМО*

1. Прије почетка учења усмјеримо мисли на оно што ћемо учити.
2. Учење ће бити краће, градиво боље научено, ако оно што је било обрађивано у школи учимо истог или сљедећег дана код куће.
3. Прелистајмо прво уџбеник и свеску да се подсјетимо градива које смо учили прошли пут.
4. Прочитајмо пажљиво штиво или лекцију и забиљешке у свесци. Ако нам је потребно штиво ћемо прочитати још неколико пута.
5. Проучимо цртеже и табеле у уџбенику ако их има.
6. Размислимо о оном што смо читали. Ако нам није јасна нека ријеч или дио градива, потражимо објашњење у уџбенику, рјечнику, лексикону или питајмо родитеље или неког другог. Не успијемо ли добити одговор, нејасно мјесто у лекцији ћемо означити и идући час питати наставника за објашњење.
7. Након читања размишљајмо о томе шта је важно и битно у лекцији и то подвлачимо или означимо са стране текста једним знаком (нпр. стрелицом, узвичником и сл).
8. Градиво учимо и понављамо тако да дио по дио препричамо ГЛАСНО СВОЈИМ РИЈЕЧИМА. На овај начин се уједно вјежбамо у изражавању и боље памтимо, јер слушамо сами себе док понављамо.
9. Можемо направити концепт лекције у облику основних појмова или краћих реченица у посебну свеску, што ће нам олакшати да боље размишљамо, памтимо и понављамо градиво.
10. Градиво можемо понављати тако да наслове из лекције окренемо у питања, напишемо их и покушамо одговорити без гледања у књигу.
11. Након учења "наградимо" сами себе слушањем музике, гледањем ТВ-а, игром и слично.

## *ЗАШТО ДА УЧИМО РЕДОВНО*

1. Кад добијеш добре оцјене, имаћеш бољу слику о себи самом и други о теби.
2. Ако ти се јави проблем у току године лакше ћеш га превазићи.

3. Ако добро распоредиш вријеме, имаћеш га и за забаву и дружење.

4. Спријечићеш појаву стреса, анксиозности, психосоматских проблема и страха.

У почетку ће можда бити тешко слиједити ова упутства, али ако будемо упорни, резултати сигурно неће изостати. Учење нам може постати задовољство, јер ћемо показати себи и другима колико знамо.



# 7. Постизање циљева

## УВОД

Иако адолесценти у овом стадију развоја још увијек живе у садашњости, они ипак достижу степен развоја у којем је важно постављање циљева.

Постављање реалних циљева је важно и има позитиван ефекат на организовање времена и школски успјех

## ЦИЉ РАДИОНИЦЕ

1. Уочити разлику између краткорочних и дугорочних циљева.
2. Разграничити реалне од нереалних циљева.
3. Научити како поставити краткорочне и дугорочне циљеве.

### **МАТЕРИЈАЛ:**

- копија радног листа - Постављање циљева - за сваког учесника;
- папир А4 за сваку групу.

**1. У уводном дијелу радионице дефинисати заједно са ученицима ријеч ЦИЉ** (жеља коју човјек хоће постићи, намјера, тежња, сврха – Клајић). Питати ученике да ли знају разлику између краткорочних и дугорочних циљева. Краткорочни циљеви су непосреднији и обично воде ка дугорочним циљевима који су у будућности. Нпр. дугорочни циљ може бити упис у средњу школу - факултет, а краткорочни циљ је добро учити како би имао добре оцјене и постигао добар успјех при упису. (Присјетити се и продискутовати о циљевима овог пројекта па их покушати одредити да ли су краткорочни или дугорочни). Питања за ученике:

- Ко од вас себи често поставља краткорочне циљеве?
- Ко од вас често себи поставља дугорочне циљеве?
- Да ли неко од вас прати постизање циљева које сте поставили?
- Мислите ли да је постављање циљева корисно и зашто?

## ЦЕНТРАЛНИ ДИО

**2. Подијелити ученицима радни лист** - Постизање циљева - Ископирати и подијелити сваком учеснику као примјер за вјежбу.

Нека након одговора продискутују у малој групи, а затим један ученик из сваке групе даје информацију цијелом разреду. Наглашавајте разлику између реалних и нереалних циљева у смислу њихове достижности да се реализују

**3. Подијелити ученике у 5 до 6 група, подијелити им папир А4 са заданим темама** (1 група 1 тема)

- Планови за љетни распуст;
- Стицање пријатеља;
- Достижање циљева;
- Постигнућа у спорту и другим вјештинама (плес, глума, пјесма, писање, сликање...);
- Запошљавање (Избор занимања);
- Зарађивање новца.

Нека свака група напише примјер реалних краткорочних циљева и два примјера реалних дугорочних циљева у односу на задану тему.

### *ПИТАЊА САДРЖАЈА*

1. Како можете одредити да је циљ реалистичан?
2. Шта видите као битну разлику између краткорочних и дугорочних циљева?
3. Мислите ли да је важно постављати краткорочне и дугорочне циљеве? Зашто ДА, а зашто НЕ?
4. Шта мислите да људе спречава да постављају циљеве?
5. Шта мислите да људе спречава да постижу циљеве?

### *ПИТАЊА ПЕРСОНАЛИЗАЦИЈЕ*

1. Да ли обично постављаш краткорочне циљеве? Ако је тако, да ли их обично постижеш? Ако не, шта те обично спречава?
2. Да ли обично постављаш дугорочне циљеве? Ако ДА, да ли их обично постижеш? Ако НЕ, шта ти стоји на путу?
3. Можеш ли се сјетити примјера кад си себи поставио/ла циљ и то се исплатило?
4. Можеш ли се сјетити кад ниси себи поставио/ла циљ, а волио/ла би да јеси? Да си поставио/ла циљ да ли би исход - резултат био другачији?

5. Како можеш примијенити оно што си научио у овој радионици?

Сваки учесник добије питања на која кратко одговара. Након тога, ко жели - говори.

## ПОСТИЗАЊЕ ЦИЉЕВА

Ископирати и подијелити сваком учеснику као примјер за вјежбу.

## ЗАВРШНА АКТИВНОСТ

Нека сваки ученик постави достижан краткорочни циљ (15 дана) и напише на папир који предаје водитељу, а ученик памти свој циљ. На сљедећем сусрету који ће бити за мјесец дана, разговараћемо о напретку у постизању тог циља, те о потреби преформулисања циља .

## ПРИЛОГ

Радни лист уз радионицу (који попуњавају ученици).

### УПУТСТВО:

Прочитајте наведене циљеве. Заокружите "Р" за реалне циљеве или "Н" за нереалне циљеве.

- |  |   |   |
|--|---|---|
| 1. Припремаш се да први пут одеш трчати.<br>Поставио/ла си циљ од 4 км.  | Р | Н |
| 2. Имаш 75 од 100 бодова на задњем тесту енглеског језика.<br>Циљ ти је да на сљедећем тесту постигнеш 80 од 100 бодова. | Р | Н |
| 3. Ученик си завршног разреда основне школе. Циљ ти је да постанеш славни глумац/ица прије него напуниш 20 година.       | Р | Н |
| 4. Циљ ти је да купиш ауто прије него напуниш 18 године. До сада си уштедио/ла 100 КМ.                                   | Р | Н |

### УПУТСТВО:

Заокружи "КР" за краткорочне и "ДР" за дугорочне циљеве.

- |  |    |    |
|--|----|----|
| 1. Твој циљ је да осим што играш крило у школском кошаркашком тиму, постанеш и капитен тима. | КР | ДР |
| 2. Твој циљ је да будеш богат.   | КР | ДР |
| 3. Твој циљ је да прођеш из математике.  | КР | ДР |
| 4. Твој циљ је да обиђеш Европу.   | КР | ДР |

# 8. АКТИВНО СЛУШАЊЕ

## УВОД

Водитељ најављује познату дјечију игру "ГЛУВИ ТЕЛЕФОНИ".

Игру може започети реченицом водитељ или дијете из круга реченицом коју жели.

Овом игром се освјетљава проблем сложености вербалне комуникације.

## ЦИЉ

Да се ученици упознају са начинима којима се може побољшати међусобна комуникација.

Комуникација је доминантан начин размјене изражавања личних садржаја. Отворена и јасна комуникација чини основ свих међуљудских односа.

Лоша комуникација може бити извор многих неспоразума, конфликта и повређивања. Зато је важно да млади освијетле проблем сложености комуникације, да увиде тешкоће које могу да настану у процесу размјене и да савладају комуникацијске вјештине.

## ЗАДАЦИ

- Да се ученици упознају са различитим техникама активног слушања,
- Вјежбе активног слушања.

## УВОДНИ ДИО

Реците своје име другу са ваше десне стране.

Учесници изговарају имена, а водитељ прати реакције.

Шта сте примјетили да се дешавало док сте изговарали имена?

Водитељ ће искористити запажања групе за свој коментар.

## ЦЕНТРАЛНИ ДИО

### Вјежба бр. 1

Учесници формирају парове (А и Б пар) окрену се један према другом и док један говори други је у улози слушаоца, а затим се улоге замјењују.

За ову вјежбу водитељ не даје никаква упутства.

Разговор траје 5 минута.

Након тога неколико парова (који желе) понове оно што су разговарали у пару.

#### Водитељ поставља питања:

- Шта сте примјетили?
- Како сте се осјећали у улози док сте говорили и у улози док сте слушали?  
Водитељ записује неколико кључних запажања на великом папиру

### Вјежба бр. 2

Пола учесника (особе А из пара) изађу из просторије, а особе Б остају у просторији. Инструкција за особе А:

Кад уђете у просторију особи Б (свом пару) испричаћете нешто необично шта вам се десило, можете и нешто да измислите.

Инструкција за особе Б (у учioniци)

Што год вам ваш пар буде причао ви немојте пажљиво слушати. Покажите на разне начине своју незаинтересованост за слушање. *Разговор траје 5 минута.*

Након тога неколико парова (који желе) понове оно што су разговарали у пару.

- Шта сте примјетили?
- Како сте се осјећали у улози док сте говорили и у улози док сте слушали?  
Водитељ записује неколико кључних запажања и из ове вјежбе

### Вјежба бр. 3

Сада ћете поново разговарати у пару. Особа А има задатак да што детаљније опише неку особу која је одиграла важну улогу у њеном животу. Особа Б има задатак да пажљиво слуша, а затим замијените улоге.

*Разговор траје 5 минута.*

Након тога неколико парова (који желе) понове оно што су разговарали у пару.

- Како сте се осјећали док сте причали, а ваш пар вас је при томе пажљиво слушао?
- Како сте давали до знања да слушате?

- Да ли вам је ова вјежба била лакша или тежа него претходна вјежба, гдје је задатак био да не слушате другу особу ? Зашто?  
Водитељ записује неколико кључних запажања

### **Коментар водитеља:**

Један од начина да избјегнемо неспоразуме у комуникацији јесте да пажљиво слушамо шта нам друга особа говори. Важно је и да повремено провјеравамо да ли смо добро разумјели саговорника. Спремност да активно слушамо није иста у свим ситуацијама - бити активан слушалац најлакше је у ситуацијама које су неутралне, у којима нисмо превише емотивно укључени. Знатно је сложеније када слушамо особу до које нам је стало и при томе се од нас очекује да јој помогнемо или пружимо подршку. Најтеже је бити пажљив, активан слушалац када смо у конфликту, односно, у ситуацији која је обојена емоцијама, а баш тада је веома важно слушати.

Када слушамо некога ми му показујемо да га поштујемо и уважавамо као личност, да смо заинтересовани за њега и за оно што нам говори, да желимо да га боље упознамо, а тиме отварамо могућност да касније будемо и сами пажљиво саслушани.

## ЗАВРШНИ ДИО

Сада ћемо покушати заједно да утврдимо правила активног слушања.

Користићемо се вашим приједлозима, запажањима и коментарима из претходних вјежби и оног што смо до сада записали.

Водитељ може заједно са учесницима да утврди правила активног слушања, а која су проистекла из претходних вјежби, да их запишу на велики папир, а након тога да их упозна и са још неким правилима активног слушања, а која они нису уочили.

## ПРИЛОГ

### *КАКО МОЖЕМО ПОСТАТИ БОЉИ СЛУШАОЦИ*

#### **1. Слушам тебе а не себе**

Слушалац пажљиво слуша оно што говори друга особа. Пази да му ништа важно не промакне од онога што друга страна осјећа и што јој је потребно. И невербална средства служе том циљу.

#### **2. Имам времена за тебе**

Слушалац и вербално и невербално даје до знања да има довољно

времена да саслуша другу особу.

### **3. Да ли сам те добро разумио?**

Комуникација може повремено да се подржи, тако што ћемо показати колико нам је стало до тога да све разумијемо. У ту сврху могу да послуже запиткивање и сумирање, тражење додатних информација.

### **4. Уважавам твоје мишљење**

Добро је да слушалац уважава мишљење и ставове саговорника.

На крају, водитељ предлаже да свако изабере правило које је за њега најважније (дјеца могу понављати исто правило).





Радионице за  
наставнике и  
родитеље



## Комуникација са дјецом

Школа је мјесто у којем се, поред учења, наставници и ученици брину један за другог, активно судјелују и доприносе у различитим активностима, одлучују, имају осјећај припадања, идентификују се један са другим и дијеле исте циљеве и вриједности. Послије породице, школа заузима централно мјесто у животу сваког ученика и то је друго природно окружење за дијете. Улога школе и наставника изузетно је важна, од најранијег узраста, па до адолесценције, када помаже у формирању личности адолесцента, усвајању моралних вриједности, система вриједности, ставова и критерија понашања. Школска дјеца и омладина најздравији су, али уједно и најосјетљивији (најрањивији) дио популације.

Када се говори о односу родитељ - дијете - наставник, препознатљиве су најчешће димензије које се преплићу између породице и школе:

1. Димензија конфликта,
2. Димензија блискости, и
3. Димензија претјеране зависности.

Школа је контекст развоја у којем се одвија интеракција између дјетета и наставника, који је извор развоја компетенције и смањује утицај ризичних фактора код данашње популације.

Наставник је носилац знања, добрих унутрашњих садржаја, који могу бити покретачи зависти, ривалства или дивљења. У интерактивном простору у коме се одвија наставни процес, наставник - ученик међусобно дотичу различите свјесне и несвјесне дијелове личности што даје посебне карактеристике квалитету интеракције. Садржај наставног предмета код неких ученика може провоцирати несвјесне емоције, ставове, тежње... Слабости, анксиозност, инфериорност самог наставника и односа у који улази током наставног процеса. Ученици који имају сметње у понашању, код појединих наставника могу изазвати анксиозност, што је често пројекција њихових властитих потешкоћа. Најсуптилније интеракције наставника и ученика никада не буду вербализоване. Комуникација утиче на социјални и емоционални развој, понашање, систем вриједности, међуљудске односе. Квалитет односа родитељ - дијете и родитељ - наставник често зависи о квалитету комуникације. Лоша комуникација или непостојање комуникације чест је извор неспоразума и конфликта који се испољавају на емоционалном и понашајном нивоу. Основно правило комуникације гласи: "Немогуће је некомуницирати" (Watzlawick, 1967). Не може се не комуницирати, тј. у присуству друге особе није могуће не комуницирати. Активност или неактивност, ријечи или тишина, имају вриједност поруке и утичу на друге који, повратно, не могу, а да не одговоре на комуникацију.

Чак и када нема разговора, када су окренути леђима људи шаљу неку врсту информација. Знаци потпуног некомуницирања могу да буду и симптоми психичких поремећаја (психонеуротски, психосоматски). Интеракција у настави није везана само за размјену идеја, него укључује богату и суптилну емоционалну размјену на различитим нивоима, свјесним и несвјесним.

У односу родитељ - дијете - наставник, дијете је мање зрело, стога одговорност за квалитет односа није пропорционалан (Пианта, 1999). Улога наставника и родитеља, као зрелијих, знатно је већа. По доласку у школу већина дјеце има позитивну слику о себи, док се током школовања тај број смањује. Укључивањем дјетета у школу, поред родитеља, и наставник постаје врло важан фактор социјализације. Наставник помаже дјетету да развије сигуран однос са другим одраслим особама, да развије позитиван однос са вршњацима, помаже дјетету да редукује проблеме у понашању и да развија самопоштовање, те подстиче дијете на укључивање у разредне активности. Када комуникација између ученика и наставника садржи углавном критику, ученици развијају негативну слику о себи и у већем су ризику од испољавања негативног или друштвено неприхватљивих понашања. Успјешна комуникација родитељ - дијете - наставник, заједно са комуникацијом са вршњацима, омогућује стварање сигурне базе за понашање и има важну улогу у дјечјем емоционалном, социјалном и когнитивном развоју.

Добре комуникацијске вјештине су значајне за лични и професионални развој сваког појединца. Комуникација је размјена информација која је непрекидна и двосмјерна, а најједноставније се може дефинисати као измјена порука између даваоца и примаоца порука. Поруке које се измјењују могу бити вербалне и невербалне, па се и комуникација најчешће дијели на вербалну и невербалну. Сматра се да је 93% комуникације невербално (визуелно 38% и интонацијом 55%), а само 7% вербално.

Вербалну комуникацију одликују језички симболи којима се размјењује садржај поруке.

Невербална комуникација служи за преношење порука о односу и ставу према дјетету, а подразумеива мимику, гестове и погледе (Звонаревић, према Ајдуковић, 1996).

## *Вербална комуникација*

Ријечи су почетак комуникације и најмоћније су лично оружје, које може насмијати и развеселити, али исто тако и разочарати и узнемирити. Могу утицати да се људи зближе или удаље. Ријечи имају различито значење за различите људе, у зависности од њиховог поријекла, образовања, занимања

и тренутног емоционалног стања. У односу на традиционални модел комуницирања Гордон (1997) је понудио модел у којем је основни облик вербалне комуникације разговор, а темељи се на двије комуникацијске вјештине: слушању и говорењу.

## *Слушање*

Слушати можемо само на један начин, а неслушати можемо на барем 7 различитих начина (Новосел, према Ајдуковић, 1996);

1. Псеудослушање - слушалац се понаша као да пажљиво слуша, али његове мисли су на другом мјесту;
2. Једнослојно слушање - примање само једног дијела поруке (нпр. вербалног), док се други занемарују (нпр. невербални);
3. Селективно слушање - слушање само онога што особу посебно занима;
4. Селективно одбацивање - усмјереност пажње само на оне теме које се не желе чути; (када се таква тема појави у разговору слушалац је једноставно потисне и одбаци);
5. Отимање ријечи - слушалац слуша тек толико да уграби прилику за властити "наступ";
6. Одбрамбено слушање-најнедужније изјаве се доживљавају као напад на који се реагује одбраном;
7. Слушање у засједи-слушање ради напада на саговорника.

Истинско слушање је активно слушање које подразумева настојање слушаоца да себи и саговорнику помогне у разјашњавању примљених порука.

## *Активно слушање*

Појам активно слушање укључује основне карактеристике дјелотворне комуникације, а то је слушање, опажање, вербално и невербално изражавање. Управо због тога се такво слушање и назива активним. Активно слушајући помажемо особи да "чује саму себе", тј. да у ријечи преточи своја размишљања и осјећања, да их постане свјеснија и да унесе ред у њих. Активно слушање је једна од важних особина у контактима са људима уопште. Слушање је кључно за успјешну комуникацију. Оно нам омогућује пуно више од чињенице да само чујемо што нам други говоре. Стварно слушање нам омогућује да их разумијемо и да им пружимо пуну пажњу. Слушање отвара нове видике. Оно је кључ учења. Такво право слушање се назива активним слушањем, а циљ је да се за дијете обезбиједи сигуран

и његујући простор у коме ће осјетити да је прихваћено и да га желимо разумјети, што ће му помоћи да изрази осјећања, мишљења и дилеме. Основни принципи активног слушања су:

- Слушати са интересовањем и пажњом,
- Не прекидати, не пожуривати, свако има свој темпо у изражавању емоција, и
- Повремено постављање питања.

Слушање нам омогућује да разумијемо оно што наши саговорници чине, како се осјећају и због чега.

Активно слушање подразумијева вербално и невербално давање подршке, као и:

- > Постављање потпитања,
- > Прафразирање: "Другим ријечима ти ми кажеш..."
- > Резимирање: "Ако сам те добро разумјела, овим си хтио рећи..."
- > Разумијевање емоција: "Чини ми се да се осјећаш..., јер..."

Ефекти активног слушања на ученика су: развија самоодговорност, подиже ниво самопоуздања, учи се комуникацији са другима, учи се лакшем рјешавању проблема и лакше ће се убудуће обратити за помоћ.

## Говорење

Једна од основних ствари која се тиче говорења као средства комуникације је различит ефекат који се постиже тзв. "ЈА - порукама" и "ТИ - порукама". Док "ТИ - поруке" код другог судионика у разговору изазивају отпор и потребу да се брани или повуче, "ЈА - порукама" позивамо саговорника да и он говори о својим осјећањима и потребама и отвара пут наставка комуникације. Путем "ЈА - поруке" могуће је изнијети свој емоционални одговор на одређено понашање или ситуацију, а при томе не оптуживати саговорника, било да се ради о дјетету или одраслој особи. Говор у којем су заступљене Ја - поруке је обиљежје јасне комуникације и могуће га је поједностављено представити формулом:

"Ја сам"... + опис свог осјећања + опис понашања особе којој се обраћамо.

Примјер "ЈА - поруке": "Ја сам разочарана што ниси завршила свој домаћи задатак на вријеме као што си обећала, јер сам обећала да ћемо посјетити пријатеље што сада не могу одржати."

Умјесто "ТИ - поруке": "Ти си прекршила обећање."

Примјер "ЈА - поруке": "Мени је тешко слиједити те, када скачеш са теме

на тему”.

Умјесто “ТИ - поруке”: “Ти си смушена и неорганизована.”

Изјаве које се базирају на “ЈА - поруци” су дјелотворније, јер:

- изражавају осјећање, а да не суде и не поправљају,
- обојене су личним осјећањима: особа преузима одговорност за оно што осјећа, умјесто да пребацује одговорност на другу особу,
- описује, а да при том не суди о понашању друге особе и тиме не изазива отпор и правдање, умјесто конструктивног приступа рјешавању ситуације, и
- говори само о одређеном понашању, а не упушта се у процјењивање цијеле особе.

Цјеловите “ЈА - поруке” имају два дијела: пасивни и активни. Пасивним дијелом изражавамо како је неко конкретно понашање друге особе или дјетета утицало на нас, тј. које је осјећаје у нама изазвало. Но, када наша порука има само овај дио, у бити је пасивна, јер препуштамо другима да нешто подуму за нас. Дакле, ако желимо наше поруке учинити активним, директним и на тај начин цјеловитим, потребно је да садрже и оно што у тој ситуацији желимо. Како изгледају такве изјаве?

**Пасивни дио:** Брине ме твоја сигурност...

**Активни дио:** ...стога предлажем да детаљно размотримо...

“ЈА - поруке” не морају у себи имати замјеницу ЈА. Главно им је обиљежје да изражавају наше осјећаје и ставове без просуђивања туђег понашања. Такође, у неким ситуацијама можемо користити само тзв. пасивне “ЈА - поруке”, а у неким је нужно кориштење тзв. цјеловитих “ЈА - порука”.

Дјеца и људи у разним животним кризама слабије користе “ЈА - поруке”. Животна ситуација их је научила да је сигурније користити “ТИ - поруке” или говор у трећем лицу, иако таква комуникација доприноси конфликтним и уопште мање квалитетним односима са другима.

## *Невербална (аналогна) комуникација*

Често се аналогна или невербална комуникација неоправдано сужава само на тјелесне покрете. Међутим, овај облик комуникације укључује низ средстава невербалне комуникације (Ајдуковић, 1996): положај тијела, покрете, гестове, израз лица (фацијалну експресију), поглед, покрети руку, просторна блискост, додир, вањски изглед, висину и промјене гласа, секвенце понашања, ритам, модулацију гласа при изговарању ријечи и било које друге невербалне манифестације за које је организам способан. Област у којој се скоро искључиво ослањамо на аналогну комуникацију

јесте област односа са дјецом. Дјеца су обдарена посебном интуицијом у односу на искреност и неискреност, јер је лако слагати нешто вербално, али је тешко унијети лаж у поље аналогног. Тако ће, нпр. начин како сједи или тон гласа неког ученика, понекад слати пуно више порука о томе како се он осјећа, него саме ријечи које говори. Важно је препознати и правилно разумјети неке од знакова невербалне комуникације. Један од битнијих знакова комуникације је контакт очима. Људи који се допадају једно другоме чешће одржавају контакт очима. Гледањем саговорника у очи показујете сигурност, веће самопоуздање, уливате повјерење и дјелујете отвореније и добронамјерније.

Неки од уобичајенијих знакова очима:

- Трептање представља узнемиреност, дилему, љутњу и кривицу;
- Очи широм отворене означавају: страх, изненађење;
- Трљање очију - сумњичавост;
- Немиран поглед - забринутост, недовољно самопоуздање;
- Гледа преко наочара - скепса, тражење нових информација.

Неки од знакова устима у склопу невербалне комуникације:

- Сиса усну-прикривени бијес и нервоза;
- Лиже уста - напетост;
- Стиснуте усне - задржавање истине;
- Гриве усне - унутрашњи конфликт;
- Прикривена уста - потиснута агресија;
- Оловка у устима - изненађење, неповјерење, лаж.

Гест појачава значај поруке и саопштава информације које ометају вербалну поруку (на примјер, махање главом), допуњавање вербалног садржаја, замјењује ријечи (на примјер, климање главом). Гестови могу бити свјесни (симболични) и несвјесни. Несвјесни су мање контролисани и откривају осјећања, показују у каквом је тренутном емоционалном стању саговорник, дијете или одрасли.

Гестови могу да откривају и узнемиреност или неуротско реаговање на што могу указивати: а) поигравање предметима: сатом, прстеном, оловком, наочарима; б) увртање прамена косе; ц) скидање и поновно стављање наочара; д) шарање по клупи или свесци.

Ученици врло често помињу трему која их омета приликом одговарања, а знак је одговорности, поштовања оних којима се обраћају, страха од неуспјеха или можда страха од иступања пред групом. Треба разликовати знакове треме од знакова несигурности ученика.

Најчешћи знаци треме су: дрхтање руку, сув, неприродан глас, гутање, хватање ваздуха уздисањем, губљење нити у излагању, неуобичајени



коментари. Најчешћи знаци личне несигурности су: додиривање лица, чешкање по глави, чупкање косе, поправљање фризура, поигравање са оловком.

Оба начина комуникације одвијају се истовремено, невербална често и није под свјесном контролом. Често је саопштавање противречно: једна порука се шаље у вербалном облику, а друга у невербалном. Већина порука које одашиљамо и примамо састоје се од свога вербалног и невербалног дијела. Када је комуникација отворена и искрена, њен вербални и невербални дио су усклађени и одашиљу једнозначну поруку. Таква порука креира повјерење у односу. Важно је да емитовање порука на вербалном и невербалном нивоу буде усклађено.

У супротном случају, када су наши ставови и осјећања у нескладу са оним што поручујемо (нисмо спремни показати своја осјећања, знамо да су ставови неприкладни за ту ситуацију и сл.), један дио садржаја се изражава вербално, а други, скривени дио, невербално, што оштећује однос. У таквим ситуацијама прималац поруке има осјећај неаутентичности, што потиче сумњу, неповјерење, креира неспоразуме и конфликте. У комуникацији је важно препознати и бити осјетљив и на тзв. двоструке поруке у којима ријечи говоре једно, а невербалне поруке друго. Дакле, комуникација се одвија на два нивоа и као таква је врло нејасна. Двоструке поруке се, у правилу, јављају код оних који:

- Имају ниско самопоуздање и осјећај да су лоши;
- Ббоје се да не повриједе туђе осјећаје;
- Забринути су због могуће туђе освете;
- Боје се прекида односа;
- Не желе се наметати, и
- Не придају важност другој особи или комуникацији.

Знања о комуникацији упућују на то како пренијети на прави начин све оно што смо људски и професионално спремни понудити другој особи, на што је потребно обратити пажњу у свом изражавању (невербалној и вербалној комуникацији) да не бисмо, и не желећи, додатно повриједили и како свести на најмању мјеру потенцијалне неспоразуме. Врло чести неспоразуми у комуникацији упућују на сложеност овог процеса.

Сложеност комуникације, са једне стране, и њена свеprisутност у нашој свакодневници, са друге, указује на то да је готово немогуће успјешно комуницирати само на основу научених правила комуникације, без захватања у дубљи ниво наше личности. Ставови, вриједности и предрасуде, начин на који се неко односи према својим осјећањима и потребама, сви из позадине утичу и уобличавају нашу комуникацију.

Морамо бити свјесни да те дијелове наше укупне личности у сложеном

систему комуницирања не можемо према потреби успјешно прикрити, а нарочито не у комуницирању са дјецом или са трауматизованим особама, који понекад имају веома истанчан осјећај за аутентичност комуникације, што проистиче управо из њихове позиције изузетне рањивости, комбиноване са екстремном зависношћу о својој околини. Успјешна комуникација подразумијева добро опажање и слушање, те јасно изражавање. У току комуникацијског процеса те се вјештине преплићу и узајамно надопуњују.

### **Шта би требало избјегавати у комуникацији са ученицима:**

1. Не завршавати реченицу коју је ученик започео;
2. Не припремати одговор прије него што је ученик завршио своје излагање;
3. Не радити друге ствари док „слушамо“ ученика који одговара;
4. Не филтрирати садржај у зависности од конкретног ученика, породице из које долази, друштвеног статуса родитеља (предрасуде);
5. Не говорити у име других наставника, родитеља, ученика (ми...).

## Закључци

- Предуслов успјешне комуникације је усклађивање ријечи, мисли, осјећања и гестикације.
- Настојати дјецу (ученике):
  - Словљавати властитим именима, показати заинтересованост уз благи осмијех на лицу;
  - Активно слушати, обраћати пажњу на њихова емотивна стања и потребе;
  - Ускладити захтјеве са способностима и мотивацијом ученика;
  - Прихватити ученика са његовим врлинама и манама;
  - Избјегавати упоређивања са другим ученицима или браћом/сестрама;
  - Избјегавати отварање дискусије о политици, вјерским убјеђењима и сексу, уколико није везано за наставни предмет.

Наставници, а ни родитељи, не могу мијењати своју личност, али могу проширивати сазнања о себи, стичући увиде у сопствене начине функционисања (и слабости), што ће им помоћи да се боље контролишу у односу на дјецу и тако смање могућности неспоразума и конфликта.

# ПРАКТИЧНЕ ВЈЕЖБЕ

Ове вјежбе се могу користити у едукативним семинарима и могуће је одабрати неку од понуђених вјежби, с обзиром на структуру и величину групе, као и расположиво вријеме.

## 1. Ћутање

Циљ вјежбе је: доживљајни аспект правила: “Немогуће је некомуницирати” (Watzlawick-ов закон) - и повећање простора комуникације.

Учествују сви чланови групе у временском трајању од 10 минута.

Упутство: сви чланови групе сједају у круг са водитељима који ништа не говоре и не раде. Нема упутства за чланове групе.

Интерпретација: Повратне информације у групи: како су се осјећали, шта су мислили и доживљавали; да ли је ћутање било неугодно, да ли су имали потребу проговорити, зашто нису, јесу ли ипак комуницирали; како то повезују са ситуацијама из живота.

Модератор интерпретира и усмјерава дискусију према Watzlawick-овом закону.

## 2. Дискусија у двоструком кругу

Циљ: препознавање правила комуникације вјежбање посматрања, јачање групне динамике.

Учесници су сви чланови групе

Трајање: 20 минута.

Упутство: Десет чланова групе сједа у полукруг испред свих осталих учесника и разговара на задату тему (питање вечерњих излазака адолесцената) и на крају доноси закључке. Остали су опсервери и одаберу неког члана којег прате у дискусионој групи, али се не уплићу у дискусију.

Интерпретација:

1. Повратне информације и доживљаји на нивоу цијеле групе.
2. Интерпретација према Watzlawick-у.
3. Мој најбољи слушалац.

### **3. Мој најбољи слушалац**

Циљ: ова вјежба усмјерена је на освјешћивање важности активног слушања, кроз анализу искуства из личног живота.

Учесници су сви чланови групе.

Трајање: 20 минута.

Потребан материјал: комадић папира и оловка за сваког члана групе.

Упутство: члановима групе даје се упута да се из свог личног живота присјете једне, за њих важне особе, коју сматрају врло добрим слушателјем и којој се обраћају када желе да их неко слуша. Када се присјете одређене особе, на папиру напишу најмање три особине те особе. Након тога више чланова представи свог најбољег слушаоца кроз његове особине.

Интерпретација је усмјерена на стварање групног искуства о особама које важе за добре слушаоце и како то други доживљавају. Затим се упоређује са оним што је о томе познато у литератури.

### **4. Рад на заданим примјерима**

Циљ: поставити чланове групе у структуриране ситуације у којима техником играња улога уче и увјежбавају примјену техника активног слушања и "ЈА - порука".

Учествују сви чланови групе, али подијељени - двоје игра улоге, а остали подијељени у три подједнаке групе опсервирају процес, једног или другог учесника у игрању улога.

Трајање: 60 минута.

Упутство: два члана групе играју улоге. Један члан је играо дјечака који је направио дисциплински прекршај у школи поводом којег је полиција интервенисала, а други члан групе игра улогу мајке која се вратила из школе гдје су јој саопштене информације о лошем понашању дјечака.

Остали чланови групе подијељени у три групе: једни посматрају комуникацију мајке, други комуникацију дјечака, а трећи процес комуникације између њих двоје. Након играња улога, које траје 15 минута, коментарише се шта се догађало (свака група која је опсервирала по 15 минута).

Интерпретација: чланови групе су упућени да изнесу своје мишљење о томе шта је био проблем и чији је био проблем; како се играњем улога разријешило; да препознају кључне моменте у комуникацији. Водитељ интерпретира вјежбу у складу са Гордоновим моделом (употреба "ЈА - реченица" и "ТИ - реченица") и општим комуникацијским начелима.

Ова вјежба се користи у комуникацијским семинарима, модификована за потребе ове едукације како би била примјенљива на великој групи.



## II РАЗГОВОРНИК





“Разговорник” представља облик социјалне терапије, тј. групни рад са ученицима са сличним проблемима и за све друге ученике који су заинтересовани за сличне теме.

Разговор са ученицима који су имали исте или сличне проблеме одвијао се у школи, једанпут седмично, тако да су ученици могли сами доћи кад имају проблем и потребу, јер је то вријеме било предвиђено само за ту врсту активности.

Према потреби, осим са ученицима, разговор се водио са родитељима и наставницима.

Теме о којима смо разговарали:

- Управљање емоцијама;
- Школски успјех и како га побољшати;
- Однос између дјечака и дјевојчица;
- Односи са родитељима;
- Проблеми у комуникацији са наставницима;
- Вршњачко насиље;
- Слободне активности;
- Вршњачка помоћ;
- Школска такмичења;
- Правилник о оцјењивању ученика;
- Прихватање дјеце с посебним потребама;
- Злоупотреба Интернета;
- Употреба мобилних телефона;
- Графити;
- Игре на срећу;
- Понашање на утакмицама;
- Утицај медија на младе;
- Дјечија права;
- Вршњаци и притисак;
- Свађе с пријатељима;
- Рјешавање конфликта;
- Доношење одлука.

Већина ученика је радо учествовала у раду и предлагала теме које су за њих интересантне или које су им проблем и о чему желе да разговарају.

За ову активност потребно је одредити вријеме и обезбиједити мирну просторију, те информисати ученике о времену и простору одржавања активности.



### III ВРШЊАЧКА ПОМОЋ



Током двогодишњег трајања Пројекта организовали смо вршњачку помоћ у учењу. Ова врста помоћи показала се врло корисном и ефикасном јер су млади природно окренути једни другима, често су заједно, разумију се без сувишних или отежавајућих околности.

Групе вршњака које су помагале у учењу, претходно су прошле обуку од три радионице:

- Ја као помагач другу (моја улога, мој задатак, шта, како, гдје...);
- Комуникацијске вјештине;
- Учење учења;

Циљ укључивања вршњака у овај Пројекат био је:

- Да се млади упознају с ефикасним начином рјешавања животних тешкоћа;
- Да се формирају и едукују групе младих за пружање вршњачке помоћи;
- Подстицање модела вршњачке помоћи у школској заједници;
- Да се развије солидарност међу ученицима.



## IV ПОМОЋ ВОЛОНТЕРА У УЧЕЊУ





Помоћ дјечи у учењу пружала је и група студената, волонтера, завршних година наставничких факултета - математика, хемија, њемачки и енглески језик.

Волонтери су несебичним залагањем, спонтаношћу и знањем у раду са ученицима којима су потребне инструкције, тј. помоћ у савлађивању градива, допринијели побољшању општег успјеха у школама обухваћеним Пројектом.

Дјеца која су долазила на инструкције успјешно су завршила школску годину.

У току дружења са дјецом, волонтери су на занимљив и приступачан начин успијевали да дјеци преносе знање и помогну им да самостално рјешавају теже задатке. У току волонтерског рада успијевали су да на свим часовима код ученика измаме осмијех и радост на лицу.

Прије почетка рада са дјецом волонтери су прошли едукацију од три радионице:

- Ја као помагач - волонтер (моја улога, мој задатак, шта, како, гдје...);
- Комуникацијске вјештине;
- Учење учења.

О свом раду са дјецом, у оквиру евалуације, волонтери су рекли:

“Изузетно је лијеп осјећај знати да помажеш неком и да можеш нешто конкретно учинити за неког. Овај начин рада оплемењује и испуњава, јер у тоталном хаосу обавеза које су свима наметнуте, ово је наш избор, наш начин приступа одређеном проблему и наша жеља да неком помогнемо. Дјеца која долазе на часове имају прилично изражену вољу да раде, уче и да надокнаде пропуштено. По реакцијама дјеце видим да су задовољни и да им одговара овакав начин учења, гдје нема неког притиска.”

Биљана С.

Ову активност је могуће оорганизовати у школи, али и на другим мјестима или организацијама које су на располагању дјечи и младима.



# ЛИТЕРАТУРА

1. **Bašić/Hudina/Koller-Trbović/Žižak** (1994). INTEGRALNA METODA u radu sa predškolskom djecom i njihovim roditeljima - Priručnik za odgajatelje i stručne saradnike predškolskih ustanova, "Alinea", Zagreb.
2. **Gordon R. Veinrajt** (2001). Govor tijela. (praktični priručnik). "Alnari & Puna Kuća", Beograd.
3. **Naomi Richman** (1994): Komuniciranje s djecom, Save the Children, "Dobrobit", Zagreb
4. **Peter Salovey i David J. Sluyter** (1997). Emocionalni razvoj i emocionalna inteligencija - pedagoške implikacije. EDUCA, Zagreb.
5. **Sean Neill** (1991). Neverbalna komunikacija u razredu. EDUCA, Zagreb.
6. **Gordon Tomas** (1997). Umijeće roditeljstva, "Kreativni centar", Beograd.
7. **Весна Огњеновић** (1996). Здраво да сте, "Филип Вишњић", Београд.



# САДРЖАЈ

Предговор	7
Пројекат “ Заједно до боље школе”	9
<b>I Радионице</b>	<b>11</b>
Радионице за дјecu	19
1. Очекивања	21
2. Упознај себе	25
3. Пријатељство	28
4. Изостајање са наставе и могући ризици	31
5. Рјешавање сукоба	33
6. Учење учења	37
7. Постизање циљева	41
8. Активно слушање	44
Радионице за наставнике и родитеље	49
<b>II Разговорник</b>	<b>63</b>
<b>III Вршњачка помоћ</b>	<b>67</b>
<b>IV Помоћ волонтера у учењу</b>	<b>71</b>
Литература	75







заједно до  
боље  
**ШКОЛЕ**



Здраво да сте  
Hi Neighbour

