

Delavnica 3

Razred:	4. - 5.
Cilji:	1. Učenke in učenci se seznanijo s pojmom čustva in s prepoznavanjem čustev. 2. Učenke in učenci spoznajo, da čustev ne delimo na dobra in slaba in da so vsa dovoljena. 3. Učenke in učenci se natančno seznanijo s čustvi jeze, strahu, žalosti, sramu in veselja. 4. Učenke in učenci spoznajo, da lahko čustva nadziramo in izbiramo svoja vedenja, ne glede na to, kaj čutimo.
Vsebina:	Na delavnici z učenkami in učenci govorimo o čustvih in o prepoznavanju čustev pri sebi in pri drugih. Govorimo o tem, da čustva občutimo večkrat dnevno, z različno jakostjo in na različne načine, odvisno od vrednosti, ki jo pripišemo dogajanju. Nobeno čustvo ni slabo ali dobro, lahko pa je naše doživljanje čustev bolj ali manj prijetno. Še posebej se osredotočamo na čustva jeze, strahu, žalosti, sramu in veselja. Govorimo o tem, da čustva ustvari vsak sam, in razmejimo čustva od vedenja.

Vsebina delavnice

Učenke in učence seznanimo z vlogo moči v odnosu in pri nasilju. Govorimo o doživljanju nasilja s perspektive žrtev, povzročiteljev oziroma povzročiteljic nasilja ter prič in pokažemo na razlike v doživljanju nasilja v povezavi z (ne)močjo, strahom. Pogovarjamo se o čustvih in odgovornosti, o tem, zakaj je pomembno sprejemati odgovornost za svoje vedenje in kako čustva vplivajo oziroma preprečujejo sprejeti odgovornost. Iščemo načine, ki pomagajo sprejeti odgovornost. Govorimo o tem, da je za nasilje vedno odgovorna tista stran, ki nasilje povzroča. Nasilno vedenje je izbira in osebe, ki povzročajo nasilje, morajo spremeniti svoje vedenje. Izberejo lahko nenasilne načine vedenja, ki se jih da naučiti.

Učenke in učenci lahko različna čustva spoznavaajo na različne načine. Nekaj idej iz pinteresta..



