



GREEK MINISTRY OF EDUCATION  
AND RELIGIOUS AFFAIRS  
REGIONAL DIRECTORATE OF PRIMARY  
AND SECONDARY EDUCATION  
OF WESTERN MACEDONIA



WWW.HOPE4SCHOOLS.EU

# "Развитие на социални умения"



HOPE4schools

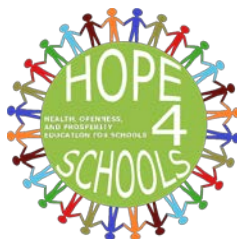
Образование за здраве, откритост и просперитет за училищата

2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401



Co-funded by  
the European Union

Подкрепата на Европейския съюз за издаването на тази публикация в рамките на проект HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 не представлява одобрение на съдържанието, което отразява единствено възгледите на авторите, и Комисията не носи отговорност за използването на съдържащата се в нея информация.



WWW.HOPE4SCHOOLS.EU

**ВИЗИЯ НА ПРОЕКТА: Развитие на психичното здраве на нашите ученици, намаляване на нивото на стреса и обучение на учениците как да развият удовлетворена, гъвкава личност, която притежава духовен мир, хармония и високо ниво на емпатия и разбиране на себе си и околния свят.**

Проектът "Превенция на насилието" се състои от 10 семинара, разделени на 2 части:

- Развитие на социални умения;
- Обичам себе си, света около мен, като наблягам все повече на духовното развитие.

ДЕЙНОСТИ НА УЧИТЕЛЯ	ДЕЙНОСТИ НА УЧЕНИКА
изобретява	изобретява
планира	изследва
реализира идеи	участва в дейности
мотивираща	казва утвърждения
дава инструкции	води дневник на благодарността
поправя	критично анализира, обсъжда
действия	действия
изяснява	намира решения
демонстрира	медитира, прави упражнения
...	...



Co-funded by  
the European Union

Подкрепата на Европейския съюз за издаването на тази публикация в рамките на проект HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 не представлява одобрение на съдържанието, което отразява единствено възгледите на авторите, и Комисията не носи отговорност за използването на съдържащата се в нея информация.



[WWW.HOPE4SCHOOLS.EU](http://WWW.HOPE4SCHOOLS.EU)

## Семинари "Развитие на социални умения"

1. Ненасилствена комуникация
2. Насилие от страна на връстници
3. Емоции
4. Невербална комуникация
5. Приемашо общуване



Co-funded by  
the European Union

Подкрепата на Европейския съюз за издаването на тази публикация в рамките на проект HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 не представлява одобрение на съдържанието, което отразява единствено възгледите на авторите, и Комисията не носи отговорност за използването на съдържащата се в нея информация.



[WWW.HOPE4SCHOOLS.EU](http://WWW.HOPE4SCHOOLS.EU)

## ОСНОВНИ ЕЛЕМЕНТИ НА СЕМИНАРИТЕ

- ПОЛОЖИТЕЛНИ УТВЪРЖДЕНИЯ
- МЕДИТАЦИЯ С РЪКОВОДСТВО
- ЙОГА и ВИЗУАЛИЗАЦИЯ
- ДНЕВНИК НА БЛАГОДАРНОСТТА
- ОЦЕНКА И ОБСЪЖДАНЕ



Co-funded by  
the European Union

*Подкрепата на Европейския съюз за издаването на тази публикация в рамките на проект HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 не представлява одобрение на съдържанието, което отразява единствено възгледите на авторите, и Комисията не носи отговорност за използването на съдържащата се в нея информация.*



WWW.HOPE4SCHOOLS.EU

ПОТВЪРЖДЕНИЕ в зависимост от темата:

- ГОТОВ СЪМ ДА СЕ ПРОМЕНЯ И ДА НАПРЕДВАМ.
- ВСИЧКО Е НАРЕД В МОЯ СВЯТ, АЗ СЪМ В ПЪЛНА БЕЗОПАСНОСТ.
- АЗ ОБИЧАМ, АЗ СЪМ ОБИЧАН И СЪМ ДОСТОЕН ЗА ЛЮБОВ.

### ДНЕВНИК НА БЛАГОДАРНОСТТА - ДОМАШНА РАБОТА...

- Благодарен съм:
- за сътрудничеството с моите приятели;
- баща ми за това, че ми намери зайче;
- баба ми, че ми подари папагал.



дълбоко  
дишане

### Основи на йога



"Поздрав към



„прегръщане на  
дървета“  
(Tai chia chuan)

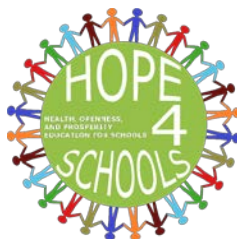


медитация с ръководство



Co-funded by  
the European Union

Подкрепата на Европейския съюз за издаването на тази публикация в рамките на проект HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 не представлява одобрение на съдържанието, което отразява единствено възгледите на авторите, и Комисията не носи отговорност за използването на съдържащата се в нея информация.



[WWW.HOPE4SCHOOLS.EU](http://WWW.HOPE4SCHOOLS.EU)

## Ненасилствена комуникация (първи семинар)

### ЦЕЛИ:

Въвеждане на понятието "насилие"; разпознаване на емоциите, с които отхвърляме себе си от другите. Възприемане и прилагане на дихателни техники с цел успокояване; намиране на начини да успокоим насилника и да го превърнем в приятел.



Въвеждаща скица



Запознаване с членовете на проекта



Co-funded by  
the European Union

Подкрепата на Европейския съюз за издаването на тази публикация в рамките на проект HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 не представлява одобрение на съдържанието, което отразява единствено възгледите на авторите, и Комисията не носи отговорност за използването на съдържащата се в нея информация.



[WWW.HOPE4SCHOOLS.EU](http://WWW.HOPE4SCHOOLS.EU)

## Насилие от връстници (2-ри семинар)

### ЦЕЛИ:

Запознаване на децата с термина "насилие от връстници"; научаване да разпознават ситуация на насилие, забелязване на разликата между термините "толерантност" и "страдание";

Дисциплиниране на начина на мислене на детето в посока към конструктивно решение.



Концепцията за насилието между връстници чрез образователен филм



Метод на "шестте шапки" при намиране на решение във връзка със ситуация на насилие от страна на връстници



Co-funded by  
the European Union

Подкрепата на Европейския съюз за издаването на тази публикация в рамките на проект HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 не представлява одобрение на съдържанието, което отразява единствено възгледите на авторите, и Комисията не носи отговорност за използването на съдържащата се в нея информация.



WWW.HOPE4SCHOOLS.EU

## Емоции (3-ти семинар)

ЦЕЛИ:

Разпознаване на основните емоции, практикуване на разпознаване на емоциите у другите; ъгъл на наблюдение на ситуацията.



Разпознаване на емоциите



Co-funded by  
the European Union

Подкрепата на Европейския съюз за издаването на тази публикация в рамките на проект HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 не представлява одобрение на съдържанието, което отразява единствено възгледите на авторите, и Комисията не носи отговорност за използването на съдържащата се в нея информация.





WWW.HOPE4SCHOOLS.EU

## Невербална комуникация (4-ти семинар)

### ЦЕЛИ:

Запознаване на децата с невербалната комуникация (контакт с очите, изражение на лицето, движение на главата, жестове, поза и отношение, разстояние); забелязване на невербалните знаци, които допринасят за здравословна комуникация.



"Кръстосай другите си ръце"



Зона на (не)приятно усещане



Co-funded by  
the European Union

Подкрепата на Европейския съюз за издаването на тази публикация в рамките на проект HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 не представлява одобрение на съдържанието, което отразява единствено възгледите на авторите, и Комисията не носи отговорност за използването на съдържащата се в нея информация.



[WWW.HOPE4SCHOOLS.EU](http://WWW.HOPE4SCHOOLS.EU)

## Асертивно общуване (5-ти семинар)

ЦЕЛИ: Упражняване на правене на добро първо впечатление. Даване на възможност на децата да се борят за мястото си, да отстояват позицията си; словесни схватки с хулигани. Подчертаване на значението на изразяването на мнение, общуването.



първа среща - първо впечатление

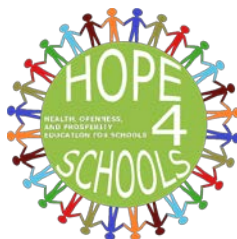


Как да казваме "НЕ" - скица



Co-funded by  
the European Union

Подкрепата на Европейския съюз за издаването на тази публикация в рамките на проект HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 не представлява одобрение на съдържанието, което отразява единствено възгледите на авторите, и Комисията не носи отговорност за използването на съдържащата се в нея информация.



[WWW.HOPE4SCHOOLS.EU](http://WWW.HOPE4SCHOOLS.EU)

## РЕЗУЛТАТИ

Впечатленията след приключването на всеки семинар са положителни. Използвайки метода на наблюдението, стигнахме до заключението, че всяко дете напредва според своите способности и характер.

### Постижения:

- Степен на благодарност за всичко, което имат в живота, благодарност към родителите, приятелите и природата;
- Отговорността на децата към себе си и към другите се е повишила;
- Намалял е броят на конфликтите между връстниците, повишила се е степента на приобщаване на децата със специфично поведение към групите и се е увеличила толерантността между децата;
- При някои деца се наблюдаваше изненадващо бързо пробуждане и развитие на духовността и напредък в областта на медитацията и емпатията;
- Децата със затруднения в следенето на уроците очевидно са по-внимателни и по-търпеливи;
- По-затворените деца се освободиха и бяха забележимо активни по време на курса.



Co-funded by  
the European Union

*Подкрепата на Европейския съюз за издаването на тази публикация в рамките на проект HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 не представлява одобрение на съдържанието, което отразява единствено възгледите на авторите, и Комисията не носи отговорност за използването на съдържащата се в нея информация.*