



ПРОЕКТ „И ЈАС ИМАМ ГЛАС!“

**ПРИРАЧНИК ЗА ПРЕВЕНЦИЈА НА
НАСИЛСТВО ВО УЧИЛИШТАТА**





ПРОЕКТ „И ЈАС ИМАМ ГЛАС!“

ПРИРАЧНИК ЗА ПРЕВЕНЦИЈА НА НАСИЛСТВО ВО УЧИЛИШТАТА

**ПРИМЕРИ ЗА АКТИВНОСТИ КОИ МОЖАТ ДА СЕ СПРОВЕДАТ НА ЧАС НА
ОДДЕЛЕНСКАТА ЗАЕДНИЦА**

ПРИРАЧНИК ЗА ПРЕВЕНЦИЈА НА НАСИЛСТВО МЕЃУ ВРСНИЦИ

издавач: Фондација за образовни и културни иницијативи „Чекор по чекор“
за издавачот: Сузана Киранџиска

приредувачи: Прим. д-р.Мери Бошковска, Елена Мишиќ и Сузана Киранџиска

уредник: Сузана Киранџиска

јазична редакција: Сузана Киранџиска

графички дизајн: Лидија Божиќ

Скопје, 2021

Оваа публикација е подготвена со финансиска поддршка од Шведската влада.

Одговорноста за содржината е на издавачот.

Содржините во оваа публикација не ги одразуваат секогаш мислењата и ставовите на Шведската влада.

CIP - Каталогизација во публикација

Национална и универзитетска библиотека "Св. Климент Охридски", Скопје

37.064.3:364.632(035)

БОШКОВСКА, Мери

Прирачник за превенција на насилство во училиштата / [приредувачи Мери Бошковска, Елена Мишиќ, Сузана Киранџиска]. - Скопје : Фондација за образовни и културни иницијативи "Чекор по чекор", 2021. - 96 стр. : илустр. ; 30 см

Публикацијата е во рамки на проектот: "И јас имам глас!". - Фусноти кон текстот. - Библиографија: стр. 95. - Содржи и: Прилог 1

ISBN 978-608-4857-72-3

1. Мишиќ, Елена [автор] 2. Киранџиска, Сузана [автор]

а) Училишно насилство -- Превенција -- Македонија -- Прирачници

COBISS.MK-ID 55615237

Содржина

Вовед	7
I одд. РАБОТИЛНИЦА 1 - ДРУГАРСТВО	12
I одд. РАБОТИЛНИЦА 2 - МОИТЕ ЧУВСТВА И ЈАС	14
I одд. РАБОТИЛНИЦА 3 - КУТИЈА НА СРЕЌАТА	16
II одд. РАБОТИЛНИЦА 4 - МОЕТО ТЕЛО И МОИТЕ ЧУВСТВА	18
II одд. РАБОТИЛНИЦА 5 - РАЗЛИКИ МЕЃУ НАС	20
II одд. РАБОТИЛНИЦА 6 - ЛУТИНА И АГРЕСИВНОСТ	23
III одд. РАБОТИЛНИЦА 7 - САМОПОЧИТУВАЊЕ - СВЕСТ ЗА СЕБЕ	26
III одд. РАБОТИЛНИЦА 8 - ЗАПОЗНАВАЊЕ И КОМУНИКАЦИЈА ВО ГРУПА	27
III одд. РАБОТИЛНИЦА 9 - ФОРМИРАЊЕ ПРАВИЛА	30
IV одд. РАБОТИЛНИЦА 10 - ДОБРИТЕ СТРАНИ И ОПАСНОСТИТЕ ПРИ КОРИСТЕЊЕ НА ИНТЕРНЕТОТ И МОБИЛНИТЕ ТЕЛЕФОНИ	32
IV одд. РАБОТИЛНИЦА 11 - ПРАВАТА НА ДЕЦАТА	35
IV одд. РАБОТИЛНИЦА 12 - УЧЕНИЦИТЕ ВО НАСИЛНИ СИТУАЦИИ	36
V одд. РАБОТИЛНИЦА 13 - НАСИЛСТВО - ПОИМ И ВИДОВИ	39
V одд. РАБОТИЛНИЦА 14 - ВЕШТИНИ НА КОМУНИКАЦИЈА И СЛУШАЊЕ	42
V одд. РАБОТИЛНИЦА 15 - ЛЕБДЕЊЕ ВО БАЛОН	44
VI одд. РАБОТИЛНИЦА 16 - РЕАГИРАЊЕ НА НАСИЛСТВО	46
VI одд. РАБОТИЛНИЦА 17 - БЕЗБЕДНО КОРИСТЕЊЕ ИНТЕРНЕТ	51
VI одд. РАБОТИЛНИЦА 18 - МОИТЕ НЕГАТИВНИ ЧУВСТВА	56
VII одд. РАБОТИЛНИЦА 19 - ШТО МОЖЕ ДА ТЕ ИСПРОВОЦИРА?	60
VII одд. РАБОТИЛНИЦА 20 - НЕНАСИЛНО РЕШАВАЊЕ КОНФЛИКТИ	63
VII одд. РАБОТИЛНИЦА 21 - НАДМИНУВАЊЕ И КОНТРОЛА НА АГРЕСИВНОСТА	66
VIII одд. РАБОТИЛНИЦА 22 - „НЕ ЗА НАСИЛСТВО, ДА ЗА ТОЛЕРАНЦИЈА“	70
VIII одд. РАБОТИЛНИЦА 23 - НАСИЛНО ОДНЕСУВАЊЕ	73
VIII одд. РАБОТИЛНИЦА 24 - ПРОМЕНАТА ЗАПОЧНУВА ОД МЕНЕ	75
IX одд. РАБОТИЛНИЦА 25 - А ШТО СЕГА? или Стилски на решавање конфликти	77
IX одд. РАБОТИЛНИЦА 26 - УЧЕНИК НАСИЛНИК	80
IX одд. РАБОТИЛНИЦА 27 - ТИЕ ОЗБОРУВААТ... А тие СЕ ТЕПААТ	82
За сите одделенија, прилагодено на возраста на учениците	
Работилница 28 - МОДЕЛ НА СРЕЌНО УЧИЛИШТЕ	84
За родители	
РАБОТИЛНИЦА 29 - ШТО СЕ СЛУЧУВАШЕ ДЕНЕС НА УЧИЛИШТЕ?	86
Прилог 1 Нивоа на интервенција	90
ПРВО НИВО НА ИНТЕРВЕНЦИЈА	90
ВТОРО НИВО НА ИНТЕРВЕНЦИЈА	91
ТРЕТО НИВО НА ИНТЕРВЕНЦИЈА	92
Референци/Литература	95



Вовед

Училиштето е место каде учениците треба да се чувствуваат безбедни и заштитени. Тоа е заедница каде треба да владее љубов, топла меѓучовечка комуникација и грижа за сите членови. Воедно, тоа е и место каде подеднакво се посветува внимание на образовните постигнувања и на емоционалниот развој на децата.

Денес насилството меѓу врсниците претставува сериозен и комплексен проблем не само во училиштата туку и во многу семејства ширум светот. Децата во училиштето, но и надвор од него, се вознемирувани и напаѓани од страна на нивните врсници, а тоа често се минимизира или игнорира и одговорноста се префрла на некој друг. Многу истражувања правени ширум светот укажуваат на фактот дека на насилство се изложени голем број деца што доведува до штетни последици по нивното здравје и благосостојба.

Прирачникот за превенција на насилство меѓу врсници е резултат на проектот „И јас имам глас!“ реализиран од страна на Фондацијата за образовни и културни иницијативи „Чекор по чекор“ во соработка со ученици, наставници и родители од 4 основни училишта во РС Македонија во текот на 2019 година. При тоа беа спроведени едукативни работилници наменети за превенција на врсничкото насилство.

Прирачникот содржи пакет работилници наменет за ученици од прво до деветто одделение. На почетокот на секоја работилница се опишани целите на работилниците, односно што се очекува учениците да научат, осознаат, што да освестат кај себе, а потоа следува текот на самата активност и повеќе информации кои на наставниците ќе им бидат од корист во нивното спроведување, вклучувајќи по потреба работни листови за учениците. Во горниот десен агол е назначено за која возраст е применлива наведената работилница, но содржините и активностите се применливи и за пониски или повисоки одделенија, во зависност од возраста и нивото на компетенции на децата и искуството на наставниците во прилагодување на предложените содржини/активности. Наведени се и идеи за дополнителни активности или цитати како мотивација за дискусија, и извори од каде се превземени истите.

Работилниците се насочени кон развој на социјалните вештини и вештините за надминување на насилно однесување во училиштето, развој на емпатија и управување со сопственото однесување преку препознавање на лутината како поттик на насилната реакција. Наменети се за градење заеднички договор за тоа како учениците ќе се однесуваат едни кон други во училишната, подобро разбирање на училишните правила и вредности и постапки предвидени со училишните правила.

Целите за учениците се:

- Да знаат/разберат што е насилство и кои облици на насилство постојат
- Да стекнат знаења и да се подготват да реагираат на насилството конструктивно (лицата кои го набљудуваат насилството, лицата кои трпат и лицата кои се сторители на насилство)
- Да научат да ги задоволат своите потреби и емоции без загрозување на правата на другите, користејќи адекватни комуникативни вештини,
- Да научат да го контролираат бесот и да владеат со своите емоции
- Да усвојат правила кои се засновани на вредности на ненасилство
- Да стекнуваат увид за важноста на тимската работа во одделенската заедница.

Времетраењето на работилниците е различно, во зависност од возраста на децата, бројот на учениците и нивниот интерес за активноста и темата. Секоја активност може да се прошири со нови идеи, да се дадат писмени задачи или задачи за дома (кои не мора да бараат пишување). Покрај ова, во зависност од зрелоста на учениците, од некој тековен настан или случка, или искуство на учениците или наставниците во одржување работилници, тие можат да се спроведуваат и во повисоко и во пониско одделение од предвиденото. Препорака е работилниците да се реализираат според наведените упатства, редослед и во дадената временска рамка. Добредојдена е секоја иницијатива од наставниците или учениците во вид на дополнителна разработка или дополнение со релевантни материјали.

Што е претставува врсничкото насилство?

За насилство меѓу децата зборуваме кога едно или повеќе деца постојано и намерно вознемируваат, напаѓаат или повредуваат друго дете кое не може да се одбрани. Тоа може да биде во облик на закани, телесни повреди, отфрлање, потсмевање, задевање, озборување, одземање лични предмети и др. Насилството се случува во училишните ходници, училишниот двор, на приредбите и натпреварите.

Насилството меѓу децата може првично да се подели на два вида: физичко и вербално. *Физичкото насилство* е највоочлив облик и подразбира удирање, туркање, штипење, додека *вербалното насилство* подразбира навредување, ширење гласини, постојано задевање, исмевање, итн. Покрај овие два најчести вида, децата се соочуваат и со *емоционалното насилство*, кое е тесно поврзано со претходните и вклучува игнорирање и намерно исклучување на некое дете од заедничките активности во одделението или групата (на дружење). *Сексуалното насилство* подразбира несакани физички контакти и навредливи коментари додека *културното насилство* подразбира навреди на етничка, религијска или расна основа. Економското насилство подразбира кражби и изнуда на пари.

Врсничкото насилство може да се појави во најраното детство и да продолжи до возрасниот период. Не постои единствен одговор на прашањето зошто некое дете почнува насилно да се однесува, меѓутоа постојат некои особености кај семејството или детето кои влијаат на појавата на насилно однесување.

- **Искуствата од семејството** - За здрав развој на детето важни се искуствата во семејството. Доколку детето расте во дисфункционално семејство или е сведок на вербално и/или физичко насилство меѓу родителите, како и користење на физичката казна за дисциплинирање, или пак расте во семејство каде има недостаток на внимание и топлина, има веројатност и детето да се служи со слични методи во контактот со своите врсници.
- **Индивидуални особини** - Одредени индивидуални особини на детето можат да носат ризик за насилно однесување. Некои деца од мали се импулсивни, нетрпеливи, мошне хиперактивни и со вишок енергија. Подеднаква подложност на насилно однесување имаат и децата кои преживеале траматски искуства.

Која е разликата меѓу конфликт и насилство меѓу децата?

- На децата во одредени развојни периоди или ситуации понекогаш им е тешко да ја сфатат границата кога конфликтот прераснува во неприфатливо однесување. Конфликтот е последица на различни мислења, желби, перцепции и верувања, и се карактеризира со слобода на изразување и подготвеност да се комуницира со аргументи. На децата во конфликтни ситуации им значи и им е важен односот со другите и тие се подготвени да се извинат, да најдат компромис, да ја променат темата или да се разделат доколку не се согласуваат. За разлика од ова, врничкото насилство вклучува агресивно однесување, има тенденција да се повторува и постои надмоќ на сторителите (по возраст, сила, висина, бројност), а главна цел и намера е да се повреди другиот, да се понижи и да му се намали самопочитта. Ривалитет и кавги меѓу децата и адолесцентите можат да се очекуваат, бидејќи тие се составен дел на растењето и животот, но насилството не е, и затоа не смее да се толерира.
- Насилниците наоѓаат жртви кои се ранливи или се разликуваат по нешто од другите деца, на пр. името, начинот како одат, очилата, семејството, начинот на облекување и сл. Често тоа се тивки, мирни, пасивни или пак напнати, несигурни и внимателни деца со ниска самоверба.
- Последиците за детето кое трпи насилство се сериозни, детето е тажно, депресивно, ја губи самовербата, не ја гледа својата вредност, се чувствува осамено, уплашено и несигурно, и сето ова може да влијае врз натамошниот живот.
- Важно е да се спомене дека доколку насилничкото однесување не запре или не се промени и насилниците можат да имаат долгорочни последици.

Училиштето треба да претставува безбедна и поттикнувачка средина за учениците. Програмите и активностите за превенција на врничкото насилство имаат за цел да го намалат степенот на насилство меѓу децата, преку намалување на нивото на толеранција меѓу децата и иницирање соработка меѓу учениците, како и соработка меѓу учениците, наставниците и стручните соработници во борбата против насилството.

Список на работилници по одделение/целна група

одд	бр.	работилница
I	1.	Другарство
	2.	Моите чувства и јас
	3.	Кутија на среќата
II	4.	Моето тело и моите чувства
	5.	Разлики меѓу нас
	6.	Лутина и агресивност
III	7.	Самопочитување - свест за себе
	8.	Запознавање и комуникација во група
	9.	Формирање правила
IV	10.	Добрите страни и опасностите при користење на интернетот и мобилните телефони
	11.	Правата на децата
	12.	Учениците во насилни ситуации
V	13.	Насилство - поим и видови
	14.	Вештини на комуникација и слушање
	15.	Лебдење во балон
VI	16.	Реагирање на насилство
	17.	Безбедно користење интернет
	18.	Моите негативни чувства
VII	19.	Што е твојот тригер/иницијална каписла? (Што може да те провоцира!)
	20.	Ненасилно решавање на конфликти
	21.	Надминување и контрола на агресивноста

VIII	22.	Не за насилство, да за толеранција
	23.	Насилно однесување
	24.	Промената нека започне од мене
IX	25.	А што сега? или Стили на решавање конфликти
	26.	Ученик насилник
	27.	Тие озборуваат...а они се тепаат
сите	28.	Модел на среќно училиште
родители	29.	Што се случуваше денес на училиште?

РАБОТИЛНИЦА 1 - ДРУГАРСТВО

Учениците полека се воведуваат во темата и се зборува за нивните чувства и односи со другите. Оваа активност не трае долго и не бара посебна подготовка или материјали за работа. Може да се комбинира со други работилници или да се надоврзе на цели, теми и содржини од наставната програма.

Цели на работилницата:

- Поттикнување на децата да размислуваат за оваа тема и да ги развиваат другарството, почитувањето и солидарноста во одделението.

Активности:

1. Учениците ги прашуваме: „Што значи да се биде добар другар?“ Размислете за своите другари и тоа што кај нив најмногу ви се допаѓа. Ги запишувате идеите на децата на таблата под заглавие Добрите другари се:. Подолу имате неколку примери на изјави до кои би требало да ги водите учениците:

- Добриот другар е некој кој ти помага.
- Добриот другар е некој на кого можеш да му веруваш.
- Добриот другар е искрен.
- Добриот другар те охрабрува.
- Добриот другар те разбира.
- Добриот другар е тој што дели сè со тебе.
- Добриот другар е некој кој те брани.
- Добриот другар не те навредува.
- Добриот другар не те тера да правиш работи што не се добри (удирање, навредување, крадење и сл.)

2. Потоа ги прашувате учениците Што значи кога некој не е добар другар? Кои постапки ги прави? Што не ни се допаѓа? Што не повредува? Ги запишува нивните идеи на табла (подолу се дадени некои примери):

- Навредување
- Исмевање
- Заповедничко однесување
- Лажење
- Озборување
- Крадење
- Мамење
- Завидување
- Удирање
- Наведување другите да прават тоа што не сакаат или не треба да прават

3. Во зависност од интересот, може да поведете разговор за било кој од дадените одговори.

РАБОТИЛНИЦА 2 - МОИТЕ ЧУВСТВА И ЈАС

Потребни материјали:

Нацртани лица кои ќе изразуваат 8 емоции или состојби: среќно, тажно, уплашено, луто, гордо, досадно, загрижено, навредено лице)

Цели на работилницата:

- осознавање и споделување на сопствените емоции
- прифаќање на сопствените емоции и развивање емпатија
- осознавање како на мене и моите емоции делуваат реакциите на другите
- усвојување на начини на реагирање и поддршка на туѓите емоции
- осознавање на емоциите на оние кои злоставуваат, кои трпат и кои набљудуваат
- усвојување на различни начини на однесување кои ќе бидат поддршка во ситуации на злоставување

Активности:

1. На децата им покажуваме лица со различни емоции/состојби. Секој треба да одбере една емоција и да се сети на некој настан кога така се чувствувал и никому да не кажува која емоција ја одбрал. Еден по еден учениците ја одглумуваат емоцијата која ја одбрале, а другите се обидуваат да погодат за која од предложените емоции се работи. Така додека не се изредат сите предложени лица.
2. Учениците седнуваат во круг и разговараат. Ги поттикнувате со прашањата: Колку ги покажуваме своите емоции? Дали почесто ги покажуваме или ги криеме? Кои емоции почесто ги покажуваме а кои ги криеме? Зошто така правиме? Пред кого и кога најлесно ги покажуваме своите емоции? Пред кого и кога најчесто ги криеме? Како реагираат другите кога ги покажуваме емоциите?
3. Разговорот продолжува со следниве прашања:
 - » **Кога сум тажен/тажна и кога ќе им кажам на другите -**
 - ◇ што тие обично/ најчесто ми кажуваат и прават?

- ◇ што секој од вас би сакал, што најмногу би му одговарало?
 - » **Кога сум лута и тоа ќе им го кажам на другите -**
 - ◇ што тие обично/ најчесто ми кажуваат и прават?
 - ◇ што секој од вас би сакал, што најмногу би му одговарало?
 - » **Кога се плашам, кога ми е страв и тоа ќе им го кажам на другите -**
 - ◇ што тие обично/ најчесто ми кажуваат и прават?
 - ◇ што секој од вас би сакал, што најмногу би му одговарало?
 - » **Кога сум среќна и тоа ќе им го кажам на другите -**
 - ◇ што тие обично/ најчесто ми кажуваат и прават?
 - ◇ што секој од вас би сакал, што најмногу би му одговарало?
4. Изведувате заклучок, и коментирате како другите по правило нас не тешат и ни зборуваат дека не би требало толку да се натажуваме, лутиме, плашиме, а често и да не се радуваме, а најчесто треба да прават спротивно. Треба да не сослушаат и да ни кажат дека разбираат како се чувствуваме и можеби да ни раскажат како тие се чувствувале во слични ситуации и што направиле.¹
5. Завршен дел: Скулптура на среќата - Сите ученици градат заедничка скулптура составена од „замрзнати движења“, на своите тела, со која ја покажуваат среќата. При тоа им се дозволува целосна слобода во изведбата.

¹ Оваа активност може да се изведува и во погорните одделенија. Тогаш оваа дискусија може да се прошири; можеме да ги прашаме што мислат, зошто не е вообичаено да се покажуваат емоциите, и зошто другите често не убедуваат дека не би требало така да се чувствуваме, наместо искрено да не сослушаат. Одговорите можат да бидат: бидејќи се плашиме дека другите ќе ни се потсмеваат, ќе ги злоупотребат нашите емоции, затоа што кога сочувствуваме тогаш и ние се потсетуваме на своите тешки емоции, па полесно ни е да побегнеме и од своите и од туѓите емоции, итн.

РАБОТИЛНИЦА 3 - КУТИЈА НА СРЕЌАТА

Потребни материјали:

- кутија со напис Среќа (облепена со шарена хартија)
- моливи, фломастери, водени бои
- работни листови со нацртана кутија
- Ваш цртеж со кој предлагате што според Вас може да содржи една кутија со среќа (користете го овој цртеж ако на учениците им недостасуваат идеи или не се доволно инвентивни, но објаснете им дека тие не треба да го цртаат она што Вие сте го нацртале)

Цели на работилницата:

- опишување на сопствената визија на среќата
- ликовно изразување на сопствената визија на среќата
- воочување разлика меѓу материјалните и нематеријалните добра

Активности:

1. На учениците покажете им ја кутијата и кажете им дека во неа се наоѓа среќа. Заинтересирајте ги со прашањата: Што е среќа? Како изгледа среќата? Која боја е среќата? Колку е голема среќата?
2. Продолжете ја вежбата со дискусија околу прашањето Што би направиле со кутијата со среќа кога би ја добиле на поклон (со кого би ја поделиле, каде би ја носеле, каде би ја чувале, кому би му ја покажале)? Нека нацртаат на еден лист своја визија за подарување среќа.
3. Со оглед на тоа дека сите луѓе ја сакаат среќата, прашајте ги учениците дали тие можат да направат таква кутија на среќата и што би ставиле во неа. Поставете им прашања:
 - Кога сте тажни, што повеќе ве усреќува - преградка или бонбона?

² Работилницата може да се реализира и со повозрасни ученици; во тој случај наместо цртање, зададете им задача да пишуваат или да пишуваат и да нацртаат, и направете сликовница со нивни текстови.

- Што повеќе би сакале да имате - многу играчки или многу пријатели
 - Кога сте биле најсреќни?
4. Учениците нека го нацртаат својот предлог во нацртаната кутија на работниот лист. Соберете ги цртежите и од нив направете заедничка сликовница.

Идеја за понатамошна активност

На секој ученик од вашето одделение за роденден можете да му подарите кутија или сликовница. Можете да ги поттикнете да им подарат цртеж со кутијата на среќа и на нивните домашни.

РАБОТИЛНИЦА 4 - МОЕТО ТЕЛО И МОИТЕ ЧУВСТВА

Потребни материјали:

- Хартија за цртање (флипчарт / А3 листови), боички и фломастери

Цели на работилницата:

- Постигнување свесност кај децата за она што го чувствуваат, квалитетот и интензитетот на чувствата.
- Споделување на емоции, намалување на напнатоста, и поттикнување децата да си помагаат.

Активности:

1. Секое дете треба да нацрта контура на своето тело на голем лист хартија.
2. Потоа го ставате листот на таблата и објаснувате дека внатрешноста на контурата е “внатрешноста на телото”.
3. Откако секое дете ќе направи своја контура (си ги цртаат меѓу себе) наставникот ги води децата во активноста користејќи ги следниве прашања:
 - Кога си лут/а каде е сместена лутината во твоето тело? Покажи! (лутина во рацете, stomachот, градите, главата и сл.)
 - Обој го тој дел во твоето тело!
 - Каква е бојата на твојата лутина?
 - Во кои ситуации се лутиш?
 - Што треба да се случи за да се налутиш?
 - Нацртај го тоа околу телото како комичен стрип или напиши го.
4. Продолжуваат да ги водите децата низ оваа активност за секоја емоција посебно (тага, среќа, страв).
5. Потоа децата прават изложба од направените постери и при разгледувањето можат да се прашуваат и разговараат меѓусебно за значењето на своите цртежи.

(На пр.: Кога едно дете ќе застане пред цртежот на друго, може да им се посочи да ја изведат следната драматизација:

- Чук, чук може да влезам? (чека за дозвола) - Можам ли да ја видам лутината во твоите гради, што се случува?
- Кога се лутиш најмногу? - Што би можело да те направи помалку лут? - Што би можел да направиш за да не се степаш со другите деца?
- Има ли некој добар совет за него?

(Советите кои децата ќе ги дадат за тоа како може да се намали лутината, се запишуваат, на пр.: „Играње топка.“ „Сретнувам други деца.“ „Гледам добар филм.“). Дискусијата со детето пред неговата слика се смета за завршена само откако е воспоставена рамнотежа меѓу позитивните и негативните емоции.

6. Завршна игра: Децата се фаќаат еден со друг за раце во круг и го повикуваат чувството на среќа да „излезе“ од нивните тела и да ја обои целата просторија во оние бои кои тие самите ѝ ги придаваат.

РАБОТИЛНИЦА 5 - РАЗЛИКИ МЕЃУ НАС

Потребни материјали:

- Празен лист хартија за секој ученик

Цели на работилницата:

- Да станат свесни за разликите меѓу самите деца и луѓето воопшто;
- Да можат да се стават во улога на други луѓе/бидејќи различни луѓе имаат различни мислења;
- На разликите да гледаат со почитување и одобрување.

Активности:

1. На секој ученик му се дава по еден празен лист хартија. Активноста ја изведува секој самостојно, без да гледа кај другарчињата. Сите треба да ги следат инструкциите и затоа треба да е тивко, без поставување прашања;
2. Учениците ги следат овие упатства:
 - Земете го листот хартија!
 - Свиткајте го на половина!
 - Откинете го горното десно ќоше!
 - Свиткајте го повторно листот на половина!
 - Откинете го горното десно ќоше!
 - Свиткајте го повторно листот на половина!
 - Откинете го горното десно ќоше!
 - Свиткајте го повторно листот на половина!
 - Откинете го горното десно ќоше! (ако можат, ако не, не мораат)
 - Одвиткајте го листот хартија!
3. Учениците погледнуваат наоколу и ги разгледуваат листовите на останатите соученици и забележуваат дека се разликуваат.

4. Дискусија:

- Дали листовите се разликуваат?
- Зошто се искинати различно?
- Дали нечиј лист е искинат неправилно а нечиј правилно?
- Ако листовите на учениците се искинати различно од твојот, што значи тоа?
- Дали честопати судиме за луѓето дека се добри или лоши според тоа дали ги прават работите исто како нас?
- Дали луѓето од различни места, различни земји, различни раси, различно гледаат на светот? Чиј поглед е точен?

5. Како би изгледал светот кога сите би имале ист поглед на се?

6. Одберете 3 ученици, кои во меѓусебен договор ќе направат скулптура со своите тела што ќе асоцира на “мир”, “другарство”, или нешто слично, без при тоа да коментираат што било.

7. Кога скулптурата ќе биде готова, останатите ученици треба да и дадат име, секој по сопствено видување, и да го запишат на лист хартија. И самите ученици кои ја направиле треба да ја именуваат.

8. Секој на глас треба да го прочита името што и го дал на скулптурата.

9. Дискусија: секој ученик и дал различно име на една иста скулптура. Што значи тоа? Дали има точни и неточни толкувања на скулптурата? Што влијае различни луѓе, различно да ги толкуваат нештата што ќе ги видат? (нивните моментални чувства, искуството што го имаат, доживувањата што ги имаат од порано, личните вредности, итн.).

10. Учениците го пополнуваат работниот лист „Воочувам разлики“.

Работен лист ВООЧУВАМ РАЗЛИКИ ³

Членови на семејството	Три сличности меѓу членовите на моето семејство и мене 1. 2. 3.	Три разлики меѓу членовите на моето семејство и мене 1. 2. 3.
Другарчиња	Три сличности меѓу моето другарче и мене 1. 2. 3.	Три разлики меѓу моето другарче и мене 1. 2. 3.
Животни	Три сличности меѓу моето омилено животно и мене 1. 2. 3.	Три разлики меѓу моето омилено животно и мене 1. 2. 3.
Деца од други земји	Три сличности меѓу дете од друга земја и мене 1. 2. 3.	Три разлики меѓу дете од друга земја и мене 1. 2. 3.

³ Оваа вежба може да се изведе и со повозрасни ученици; во тој случај работниот лист можете да додавате посложени категории (на пр. луѓе со друга вероисповед, боја на кожа, сексуална ориентација и сл.) во согласност со зрелоста и културата на учениците.

2 ОДД.

РАБОТИЛНИЦА 6 - ЛУТИНА И АГРЕСИВНОСТ

Потребни материјали:

- Неколку шпила карти⁴, работен лист за секој ученик

Цели на работилницата:

- Препознавање на своите и туѓите агресивни чувства;
- Разбирање на изворот/причините за овие чувства;
- Начини на растоварување од негативните чувства.

Активности:

1. Учениците се делат во мали групи од по 3-4 члена, и секоја група добива по еден шпил карти. Групите добиваат задача да направат кула од карти, со цел да биде што повисока.
2. Наставниците треба да внимаваат на знаците на фрустрираност кај децата поради неуспехот во исполнувањето на задачата, доколку картите често им паѓаат. По десетина минути задачата се прекинува и се отпочнува разговор за тоа.
3. Дискусија:
 - Како ви се чинеше задачата во почетокот?
 - Како ви се чини сега на крајот?
 - Како се чувствувавте кога не успеавте да ја довршите?
 - Како се однесувавте?
 - Дали почувствувавте лутина?
 - Што друго ве лути?
4. На Работниот лист децата треба да дадат што е можно повеќе одговори на прашањата: што ги прави лути, бесни, завидливи, љубоморни, непријателски настроени.

⁴ Или било какви картички направени од тврд картон (меморија или сл

5. Потоа децата во круговите треба да нацртаат лица кои асоцираат на: лутина, омраза, бес, непријателство, лукавост, љубомора, а потоа ги бојат. Во долната половина од листот во празните кругови треба да нацртаат лица со чувства, кои се спротивни на лутина, омраза, бес и непријателство и да им дадат име.
6. На крај сите листови се лепат на табла или хамер и сите ги разгледуваат.
7. Учениците седнуваат во круг и им велите да се опуштат. Тоа се прави со неколку длабоки вдишувања со задржување на воздухот и броење до 7 додека вдишуваат и издишуваат. Тогаш им велите да ги затворат очите и да ги следат вашите зборови кон „Долината на среќата“.

“Замислете дека одите низ еден тунел. Темно е, но одеднаш ви светнува пред очите и гледате дека во тунелот има пожар. Сидовите горат, но вие знаете дека сте безбедни. Доаѓате до крајот на тунелот и забележувате една врата. Ја отворате и влегувате во „Долината на среќата“. Пожарот и темнината остануваат зад вас, а пред вас се протега прекрасната долина. Има многу нешта кои само сте сонувале да ги правите, а не сте имале можност. Сега ја имате таа можност, направете ги тие нешта! Понатаму има река, а во средината на реката има еден остров. Лугето на кои им се лутите се наоѓаат на островот. Мавнете им. Тие не можат да ви се доближат, ниту да ви сторат нешто, бидејќи не можат да ја поминат реката и да дојдат во „Долината на среќата“. Свртете им се со грбот и уживајте во „Долината на среќата“ барем некое време. Кога сте подготвени, можете да ја напуштите „Долината на среќата“. Сега сте освежени и смирени. Веќе не сте раздразнети и лути.

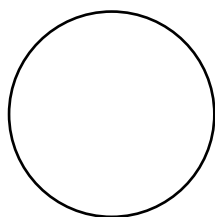
Работен лист

■ Она што ме прави лут/а е.... _____ (Нацртај)

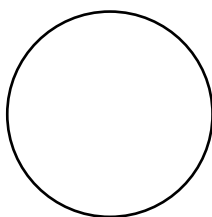
■ Она што ме прави бесен/бесна е.... _____ (Нацртај)

■ Она што ме прави завидлив/а.. _____ (Нацртај)

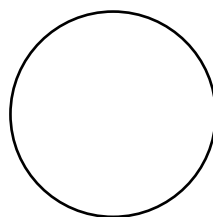
■ Она што ме тера да мразам е.... _____ (Нацртај)



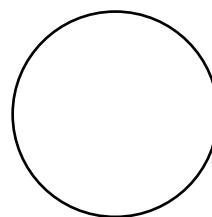
Лутина



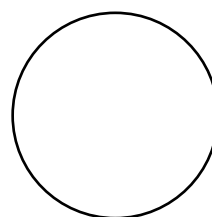
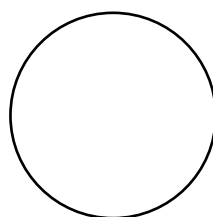
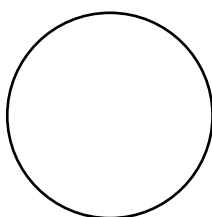
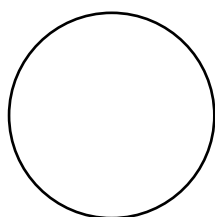
Бес



Непријателство



Омраза



РАБОТИЛНИЦА 7 - САМОПОЧИТУВАЊЕ - СВЕСТ ЗА СЕБЕ

Потребни материјали:

- Ножички, селотејп, хартија, фломастери

Цел на работилницата:

- Развивање на самопочитување преку свесноста за себе.

Активности:

1. Игра на преобразување: „Замисли дека си животно. Кое животно би сакал да бидеш?“ (Пауза да размислат.) „Зошто? Што е тоа што ти се допаѓа кај него?“ (Пауза) Размена во круг: „Би сакал да бидам ... затоа што...“
2. Размена во круг: „Кажете што е тоа што умеете убаво да направите, а при тоа и вие да сте задоволни од она што сте го направиле?“ (на пр. да кажува шеги и досетки, да игра фудбал, т.е. она што детето само го цени кај себе).
3. Градење самопочит и самодоверба: Секој во кругот зборува за она што го сака кај себе. „Јас сакам што сум...“
4. Секој да направи свој беџ или свој личен грб што ќе го содржи името и она што е карактеристично за него/неа, некој личен знак, цртеж, форма по сопствен избор. (Охрабрете ги да користат бои и достапен материјал на свој начин, да најдат своја форма, величина, боја, свој симбол...)
5. Откако ќе направат беџ, треба да го стават и еден по еден да прошетаат т.е. да свртат по еден круг околу групата со беџот, на свој особен начин (сопствен од, држење), за да можат сите во групата да ги разгледаат беџовите.

РАБОТИЛНИЦА 8 - ЗАПОЗНАВАЊЕ И КОМУНИКАЦИЈА ВО ГРУПА

Потребни материјали:

- Топче, листови хартија, фломастери, работен лист

Цел на работилницата:

- Меѓусебно запознавање со позитивни пораки

Активности:

1. Учениците седат во круг. Еден од наставниците го кажува своето омилено „нешто“ (предмет, суштество, лик, - кој му служи како „среќа“) и го испишува или црта на лист хартија и го става на градите, а потоа го додава топчето на друго дете, по случаен избор. Секој што ќе го прими топчето, пред да го даде на друг, го кажува својот омилен предмет/лик/суштество. Групата го повторува името на „омиленото нешто“ со тоа што додава „Здраво Ана, добредојде со омиленото зајаче!“
2. На учениците им се дели работен лист 1 кој треба да го пополни секој во свое име. Подоцна треба да споделат само една од особините на луѓето на кои им се восхитуваат.
3. Откако сите ученици ќе ги пополнат работните листови, ја споделуваат со другите само споменатата особина што ја избрале. Секој одговор се запишува на табла, а доколку се повторуваат одговорите, се ставаат црточки.
4. На секој ученик му се дава копија од работниот лист 2 „Личен грб“ на кој се дадени четири квадранти:
 - Квадрант 1: нешто што уживаш да го правиш со задоволство
 - Квадрант 2: нешто позитивно во врска со училиштето
 - Квадрант 3: нешто што би сакал/а да постигнеш
 - Квадрант 4: нешто во врска со твоето потекло

Секој квадрант се пополнува со слика, симбол или зборови, а во панделката на дното на грбот секој треба да го напише своето мото, или нешто по што би сакал/а да биде запаметен/а.

5. Секој го претставува својот грб во меѓусебна комуникација со другите, одејќи и разговарајќи со колку е можно поголем број ученици. Потоа седнуваат во круг еден до друг оние кои последни меѓусебно разговарале. Секој треба да го претстави својот партнер, така што ќе го каже неговото име, една работа што ја дознал/а за него и гласно да го прочита неговото име и неговото „мото“, т.е. она по што сака да биде запаметен/а.
6. Грбовите потоа се изложуваат на ѕидовите во просторијата.

Работен лист

КОЈ СУМ ЈАС?

Име: _____

1. Луѓето што ми се важни во животот се:

2. Се гордеам со себе кога ќе

3. Им се допаѓам на другите затоа што

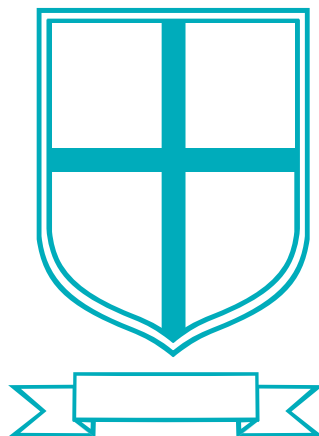
4. Луѓето на кои најмногу им се восхитувам се

5. Особините кои ме воодушевуваат кај нив се

6. Две од моите најистакнати особини се

7. Едно од најубавите нешта кои сум ги направил/а е

Пример како да се нацрта грб



РАБОТИЛНИЦА 9 - ФОРМИРАЊЕ ПРАВИЛА

Потребни материјали:

- флипчарт, А4 листови, фломастери, селотејп, ножици

Цели на работилницата:

- учениците се запознаваат со постоечките правила во училиштето и последиците во случај на кршење на правилата;
- учениците формулираат правила кои во иднина ќе важат во одделението, и ќе придонесат училишните правила да влијаат врз намалување на врсничкото насилство.

Активности:

1. Училишни правила

Наставникот/наставничката ги презентира постоечките правила на однесување и пропишаните санкции во врска со насилното однесување на училиште, по што се поведува дискусија за правилата, последиците, вредностите кои треба да важат во училиштето и одделението, со помош на меѓу другите и следниве прашања:

- Како се негуваат вредностите во училиштето? (Се истакнува заштитната функција на правилата за заштита на вредностите; се посочува дека има пишани и напишани правила и се поттикнуваат учениците да дадат примери.)
- Зошто е важно да имаме јасно дефинирани правила?

Се разгледуваат критериумите на добри правила - правилата треба:

- да бидат позитивни и применливи
- да се однесуваат на реални работи и појави
- формулирано е кое однесување е прифатливо и очекувано
- да бидат јавни и јасни за сите
- да бидат истакнати на видно место и да бидат лесно воочливи и/или испечатени како леток за секој ученик

2. Наши правила

Им задавате задача на учениците:

- Да дефинираат вредности кои сакаат да се негуваат во училиштето, а потоа да набројат кои однесувања се неприфатливи во училиште
- Наместо несакано однесување да формулираат правило на однесување кое е во согласност со вредностите, по критериумите за однесување на добри правила (види погоре; ова е извонредна можност учениците да ги истакнат сите несакани однесувања кои најчесто водат до појава на насилство во училиштата). Секој ученик треба да напише 4 правила кои по негово/нејзино мислење се најважни за воведување во училиштето, а се поврзани со насилство. Тоа може да бидат правила кои постојат веќе во Правилникот, но и некои сосема нови.
- Потоа учениците ги спојуваме во парови. Парот се договара, од 8 правила да избере 4. Откако ќе ја завршат таа задача, учениците ги спојуваме во група од по четири, и овој пат учениците одбираат 4 од 8 правила.
- Спојувањето продолжува додека целата група не се договори околу 4 правила кои ги запишувате на флипчарт. Се додаваат и вредностите кои стојат во основа на правилата, како и последиците кои ќе следат при кршењето на правилата.

3. Што со овие правила?

Се поведува дискусија околу прашањето: Дали учениците се спремни да ги почитуваат правилата кои ги предложиле? Зошто? Им кажувате дека нивните предлог правила ќе бидат проследени до училишните тела, кои ќе соберат предлози од повеќе одделенија и ќе направат рангирна листа. Овие правила ќе се споредуваат со постојни правила и предлози од други засегнати страни (наставници, родители) и на крај, ќе се донесе конечна листа на правила која би требало да важи за целото училиште. Се утврдува рок за завршување на оваа постапка а потоа проблемите, вредностите и правилата се истакнуваат во училницата.

РАБОТИЛНИЦА 10 - ДОБРИТЕ СТРАНИ И ОПАСНОСТИТЕ ПРИ КОРИСТЕЊЕ НА ИНТЕРНЕТОТ И МОБИЛНИТЕ ТЕЛЕФОНИ

Потребни материјали:

- Топче, работен лист

Цел на работилницата:

Расветлување/разјаснување на добрите страни на мобилните телефони и интернетот и опасностите при нивната употреба.

Напомена за наставниците: Доколку во текот на работилницата учениците ја насочат дискусијата кон позитивните искуства, предности и работи кои ним им се допаѓаат кај мобилните телефони и интернетот, поддржете ги нивните ставови. Но, многу е важно исто така да се започне разговор и за опасностите од мобилните телефони и интернетот и да се именуваат ризичните однесувања. Токму поради тоа треба да ги подучиме учениците како тоа да го препознаат и како да се заштитат ако се најдат во таква или слична ситуација. Разговорот за опасностите и ризичното однесување само по себе кај повеќето ученици нема да поттикне љубопитност за ризик ниту ќе ги насочи во „негативен правец“.

Активности:

1. Игра за загревање - (10 мин)

Учениците седат во круг. Еден ученик е задолжен да ги запише на табла сите зборови кои ќе бидат кажани. Им го објаснувате текот на играта и го започнувате кругот така што ќе го изговорите зборот „интернет“ и ќе го дофрлите топчето на некој ученик.

Ученикот треба да го каже првото нешто што ќе му падне на памет поврзано со тој збор. Потоа тој ученик ќе го дофрли топчето на некој друг, а ученикот кој го примил топчето треба да каже друг збор кој е поврзан со зборот интернет. Топчето се дофрла се додека секој ученик не каже по еден збор.

Кога топчето повторно ќе дојде кај вас, повторете го кругот, но овој пат започнете со зборот „мобилен телефон“.

2. Разговор со учениците (10 мин)

Наставникот/наставничката вели: „Во оваа игра дознавме на кој начин сме поврзани со интернетот, слушнавме различни интересни идеи. Сега ме интересира:

- *Знаете ли да се служите со интернетот? Ако знаете, кој ве научил или ви покажал?*
- *Дали некој од родителите е покрај вас кога сте на интернет?*
- *Колку често ги посетувате интернет станиците? Кои се вашите омилен страници?*
- *Дали се служите со мобилен телефон? Зошто го користите?“*

Претходно може да ги напишете прашањата на табла или голем лист хартија, но да бидат покриени за првата активност.

3. Работа во мали групи (25 мин)

Учениците се делат во мали групи (3-5 ученика) и им се даваат работни листови (по 1 на група). Задача на учениците е заеднички да ги напишат одговорите на прашањата. Групата треба да го одреди ученикот кој ќе ги запишува одговорите/примерите и ученикот кој ќе го презентира. За ова имаат 10 мин. На крај треба да направат заеднички постер на тема: „Што да се направи кога некој ќе те повреди преку мобилен телефон или интернет?“ По работата во групи следи разговор со учениците, презентирање на нивните одговори и изработка на заеднички постер.

На крај им се заблагодаруваме на учениците за учеството во работилницата.

Работен лист

Дали некогаш ви се случило, нешто убаво, нешто навистина супер, преку Интернет или мобилен телефон?

**Има ли нешто што ве повредило преку/со помош на:
- МОБИЛЕН ТЕЛЕФОН?**

- ИНТЕРНЕТ?

Што би можеле да направите ако некој ве повреди преку/со помош на мобилен телефон или Интернет?

4 ОДД.

РАБОТИЛНИЦА 11 - ПРАВАТА НА ДЕЦАТА

Потребни материјали:

- Табла, кредити, хартија, фломастери, селотејп, хамер

Цели на работилницата:

- Децата да станат свесни за своите права;
- Да ги откријат начините на остварување на своите права.

Активности:

1. *Круг на имиња:* Децата се седнати во круг и првиот гласно го кажува своето име, вториот малку потивко, третиот уште потивко и така се потивко и потивко до крајот на кругот. Последните имиња се изговараат едвај чујно. Прашјате ги децата како се чувствуваат оние чии имиња се изговорени едвај чујно или нечујно?
2. *Размена во круг:* Имаат ли децата некои права? Кои се тие? Учениците групно нека одлучат кои се најважните права на децата и нека ги запишат на табла. (Можете да им помогнете со некој пример: детето има право да си игра, да се храни здраво, да биде со оние кои ги сака, да има свое мислење, да прашува што го интересира, да се дружи, да учи, да добие помош кога му е потребна, итн.)
3. *Размена во круг (2 дел).* Кои се твоите права кои не се почитуваат? Кој не ги почитува? Поставете им ги овие прашања на сите деца во кругот а тие одговараат. Повторно на табла се запишуваат оние права на децата, кои најчесто не се почитуваат.
4. Како можат децата да ги убедат возрасните да ги почитуваат нивните права? Одново во кругот се разговара за тоа што децата можат да направат, а нивните идеи се запишуваат.
5. Големата група се дели во помали групи од по 5 деца. Тие треба да го изготват знакот за опомена, кој ќе му го покажат на оној кој не ги почитува нивните права. Учениците треба сами да смислат како ќе изгледа тој знак, што ќе нацртаат. Треба да се види дека тоа е нивен знак”.
6. Сите мали групи го покажуваат својот знак и претставуваат /опишуваат пред другите што нацртале, а потоа ги лепат сите знаци на хамер.

РАБОТИЛНИЦА 12 - УЧЕНИЦИТЕ ВО НАСИЛНИ СИТУАЦИИ

Потребни материјали:

- Табла, кредити, хартија фломастери

Цели на работилницата:

- запознавање со начините на индивидуално и групно реагирање на насилството

Активности:

1. **Огледало:** Учениците се делат во парови. Еден од учениците во секој пар треба со рацете да изведува движења според свое убедување. Другиот ученик од парот ги имитира неговите движења како во огледало. По неколку минути од вежбата, учениците ги менуваат улогите и постапката се повторува. Прашајте ги учениците како се чувствувале во различните улоги, како се чувствувале кога тие ги изведувале движењата а како кога ги повторувале.
2. **Примери:** Учениците се делат во 4 групи. Во групите споделуваат примери на насилни ситуации кои ги мачат. По овој дел од вежбата, може да им се дадат примери, две групи добиваат на хартија пример број 1, а другите две пример број 2.

Пример број 1: Ана и Стефан учат во исто одделение. Стефан седи зад Ана и во текот на часот понекогаш да допира за косата. На секој одмор Стефан се наоѓа непосредно во близина на Ана и ја допира по струкот. Ана чувствува како Стефан постојано ја набљудува. Таа е вознемирена и лута. Останатите ја забележуваат вознемиреноста на Ана но не реагираат.

Пример број 2: Марко учи во IV1. Неговиот другар Сашо неколкупати го пресретнале неколку ученици од V1. Сашо собира група за организирана тепачка со V1. За Марко уште еден прекршок би значел исклучување од училиште. Сашо и неговата група од IV1 му порачуваат дека би било подобро да не испадне „кукавица“. Марко е вознемирен и лут.

Учениците во рамките на својата група треба да подискутираат за својот пример:

- Зошто Ана/Марко чувствуваат лутина?Што всушност таа/тој сакаат?
- Како Стефан/Сашо се однесуваат според Ана/Марко? Како би го окарактеризирал/ла тоа однесување? Какво е однесувањето на останатите?
- Како би реагирал/ла ако оваа ситуација би се случувала во твое присуство (ако си набљудувач)?

3. Размена: Секоја група го презентира на останатите групи примерот на кој работеле и заклучоците. Истражете дали и како учениците ја разбираат позицијата на лицето кое трпи насилство, лицето кое врши насилство и набљудува, како и колкав е потенцијалот на набљудувачите да ја променат ситуацијата во конструктивен правец (погледнете го прилогот за оваа работилница: Најчести карактеристики на учениците во ситуации во кои има насилство.) Поставете прашања: Кој треба да реагира и на каков начин? Зошто токму тоа лице, а не некој друг? Поврзете го со совети од следната активност.

4. Како да се препознае насилството и однесувањето во ситуации на насилство? На учениците дадете им задача во мали групи да дискутираат за прашањата наведени подолу. Доколку учениците не дојдат до предлози или решенија, можете Вие да им сугерирате:

- Што да **НАПРАВИШ** во моментот кога ќе видиш дека некое дете се однесува насилно кон друго дете:
 - Заземи активен став, размисли! Како би се чувствувал ти доколку некој се однесува така кон тебе?
 - Ако се чувствуваш безбедно, кажи му на лицето кое насилно се однесува да престане (на пр. „Немој така да зборуваш“, „Немој така да се однесуваш“, „Немој да навредуваш“)
 - Повикај ги другарите и другарките да застанат на страна на соученикот кој е малтретиран или застанете околу него кога го малтретираат. Така ќе покажете дека повеќето од вас се за прекинување на насилната сцена.
 - Ако не се чувствуваш безбедно, побарај помош од возрасно лице- од родител, наставник класен раководител или било кое друго возрасно лице во училиштето во кого имаш доверба (Доколку им кажете на возрасните не значи дека кодошите. Така му помагате и на детето кое е изложено на насилство и на детето кое е насилно).
- Ако дознаеш дека некое дете често е изложено на малтретирање на другите:
 - Повикај го да ти се придружи во текот на одморот, вклучи го во своето друштво;
 - Посоветувај го да побара помош или да разговара со некого за тоа што му се случува;
 - Понуди се дека ќе бидеш покрај него кога ќе им се обрати на возрасните за помош;
 - Објасни им на своите пријатели дека насилното однесување НЕ Е ФЕР и замоли ги да ти се придружат во поддршката.

- Што ДА НЕ ПРАВИШ кога ќе видиш дека некој насилно се однесува:
 - Насилните деца можеби мислат дека се забавни или „кул“ - не поттикнувај ги на насилство со потсмевање, восхитување, премолчување, имитирање или навивање;
 - На насилство не се возвраќа со насилство - со пцости или тепачка. Тоа нема да го реши проблемот. Само го влошува, бидејќи се изложуваш на голем ризик да ти вратат уште посилено;
 - Немој да мислиш дека си предавник ако им се обратиш на возрасните за помош. Така му помагаш на лицето кое не може самото да се справи со насилното однесување на другите;
 - Немој да бидеш пасивен набљудувач како тоа да не те засега и тебе.

Нереагирање на насилство, значи поддржување на насилството!

РАБОТИЛНИЦА 13 - НАСИЛСТВО - ПОИМ И ВИДОВИ

Потребни материјали:

- Табла за пишување, креда, лист хартија и фломастери/моливи за секого во малата група, Прилог: Облици на насилно однесување

Цел на работилницата:

- Учениците да разберат што е насилство и да препознаат различни видови насилство.

Активности:

1. Кога ќе го слушнат зборот насилство (5 мин)

Побарајте од учениците да кажат на што помислуваат кога ќе се спомене зборот насилство; да наведат емоции, особини или активности во врска со насилството. Запишете ги на табла асоцијациите. Учениците треба да кажат што повеќе асоцијации и не треба да дискутираат или да се задржуваат само на еден пример. Ова нека биде „бура на идеи“ која ќе биде корисна за следниот чекор.

2. Што е насилство - „дефиниција“ (10 мин)

Учениците се делат во 4 групи. Секоја група треба да креира некој вид дефиниција за поимот „насилство“ врз основа на наброените асоцијации (може да се додадат уште некои зборови и поими), исто како кога би требало да објаснат некому кој никогаш не слушнал за таков поим.

3. Размена (15 мин)

Учениците ги претставуваат своите дефиниции. Издвојте некој вид насилство што е наведен од учениците и заедно споредете го со поделбата која се користи во програмата „Училиште без насилство“. Се наведуваат 6 видови насилство: физичко, вербално, психичко, социјално, сајбер и сексуално. За оваа работилница користете го прилогот Облици на насилно однесување. Не е неопходно овој прилог да им се подели на учениците, важно е да го знаете и да го примените во работата.

4. Насилство во нашето училиште (15 мин)

Прашајте ги учениците, кои видови насилство по нивно мислење се најприсутни во училиштето? Кое насилство најмногу им пречи? Зошто?

На почеток поставувајте прашања, за да ја поттикнете дискусијата.

„Дали си забележал дека во училиштето некој:

- некого удирал, шутирал, мавал, затворал во некоја просторија?
- некого навредувал, исмејувал, го задевал поради неговото семејство?
- некого намерно го исфрлал од друштво, ги наговарал другите да не се дружат со него?
- некого озборувал по телефон или преку интернет, пишувал лоши пораки, објавувал понижувачки или невистинити работи?
- со допирање предизвикувал непријатност кај некого и го вознемирувал?

Објаснете им на учениците дека таквото однесување го нарекуваме насилство меѓу децата. Ако децата тоа го прават намерно и често, тоа претставува злоставување. Ако возрасните во училиштето или во семејството не прават ништо да го спречат тоа или да го запрат, се работи за занемарување на детските потреби и права.

Потоа учениците се поттикнуваат да наведат што и какви постапки очекуваат од другите деца но особено од возрасните, кога е во прашање насилството.

Прилог: Облици на насилно однесување

Насилство е секој облик на однесување што има за цел некому намерно да му се нанесе психичка или физичка болка.

Насилството подразбира разни облици агресивно однесување кон друго лице, кон себе или кон предмети/имот. Примери за ова вклучуваат ситуации каде двете лица се со приближно иста сила, но и ситуации каде врсниците се задеваат поради некои свои физички карактеристики.

Насилството има карактеристики на злоставување кога има и неколку други својства:

- **едното лице е значително послабо,**
- **насилното однесување се повторува и е зачестено.**

Постојат неколку облици на насилно однесување и злоставување:

- **Вербално** – именување со погрдни зборови, исмевање, потценување
- **Физичко** - удирање, туркање, уништување и одземање лични работи
- **Социјално** - озборување, избегнување, игнорирање, ширење гласини и лаги
- **Психолошко** - заканувачки погледи, гримаси, исмевање, следење, уценување
- **Сексуално** - разни нивоа на физички контакт: милување, допирање, гушкање, присилување на сексуален однос кој едната страна не го сака или е неадекватен за возраста

- **Сајбер насилство** - заканувачки пораки, навредување, ширење гласини, уценување со користење технологија (мобилен, интернет), лажно претставување и манипулирање со цел да се придобие лицето за неадекватно (најчесто сексуално) однесување.

За повеќе детали, потсетете се на работилницата за обука со Др. Мери Бошковска, септември 2019 година или видете во Прилог 1.

РАБОТИЛНИЦА 14 - ВЕШТИНИ НА КОМУНИКАЦИЈА И СЛУШАЊЕ

Потребни материјали:

- Листови хартија А4, моливи/пенкала, работен лист

Цели на работилницата:

- Стекнување увид во своите и туѓите емоционални состојби и причините кои ги условиле
- Развивање способности за слушање, договарање, разбирање на вербална и невербална комуникација.

Активности:

1. Одделението се дели на две групи. Секој ученик од првата група, освен еден кој е набљудувач, добива задача да направи своја листа како одговор на прашањето „Што придонесува да се чувствувам добро?“. Секој ученик во втората група, освен еден кој исто така е набљудувач, добива задача да направи листа како одговор на прашањето „Што придонесува да се чувствувам лошо?“
2. Потоа секој замижува и се врти за 360 степени околу себе и кога ќе ги отвори очите, формира пар со првиот со кого ќе му се сретне погледот. Задачата на секој пар е да ги усогласи поединечните листи во една заедничка.
3. Парот се придружува на друг пар, и се повторува истиот процес на договарање за една поширока заедничка листа. Групите повторно се удвојуваат и истиот процес се повторува во група од по 8 ученици (т. е. се додека не се обединат посебно двете групи). Кога сите ученици со иста задача ќе се обединат, ја прават дефинитивната листа на она што ги прави да се чувствуваат задоволни од себе, односно дефинитивната листа на она што ги прави да не се чувствуваат задоволни од себе.

Работата во двете групи ја следи по еден набљудувач. Негова/нејзина задача е да го следи процесот на договарање почнувајќи од паровите, до обединувањето на целата

група која има заедничка задача. Набљудувачите ја следат невербалната и вербалната комуникација, и запишуваат што забележале.

- Двете групи ги презентираат дефинитивни заеднички листи како одговор на прашањето “Што придонесува да се чувствувам добро?” и “Што придонесува да се чувствувам лошо?”. Набљудувачите, кои го следеа процесот на договарање и преговарање при формирање на заедничките листи, ги изнесуваат своите набљудувања.
- Потоа секој ученик треба индивидуално да одговори на следниве прашања

Кога треба да донесам тешка одлука, јас...	Кога нештата не одат добро јас...
Кога нештата околу мене се менуваат јас	Кога сум осамен јас ...
Кога луѓето се ужасни кон мене, јас....	Она што најмногу би сакал да го променам кај себе е....
Кога треба да донесам конечна одлука, јас...	Кога сум опкружен со луѓе што ги сакам, јас...

На крај се поведува дискусија околу различните одговори и причините зошто децата така мислат и се чувствуваат.

РАБОТИЛНИЦА 15 - ЛЕБДЕЊЕ ВО БАЛОН

Потребни материјали:

- Работен лист (може да побарате сами да нацртаат балон со 4-6 закачени вреќи), моливи/пенкала

Цел на работилницата:

- Да им помогнеме на децата во препознавање и разработка на различните видови загуби во нивниот живот.

Активности:

1. На учениците им се обраќаеме со зборовите: „Замислете дека лебдитево воздух во балон. Седите во корпите прицврстени со јажиња за балонот и уживате да набљудувате одозгора што се случува долу. Овој балон исполнет со топол воздух, одоздола има прикачени вреќи со песок за да го стабилизираат, да не одлети во височините. Но, понекогаш балонот почнува да се спушта, да губи висина, па потребно е да се ослободите од некоја вреќа со песок. Овие вреќи со песок се како некој товар во нашиот живот. Некои тешкотии ни помагаат да најдеме излез и да созрееме, но некои ни се многу мачни и тешки, не оптоваруваат како вреќите песок и не ни дозволуваат да работиме и напредуваме. Оваа претстава може да ни послужи да ги согледаме причините за стрес и оптоварување во нашите животи и да одлучиме што да промениме, или да дозволиме да си оди, за да се чувствуваме подобро и да си ја одржуваме стабилноста“.
2. На учениците им се дели работниот лист „Лебдам во балон“; на секоја од вреќите прикачени за балонот треба да запишат по еден непријатен товар во својот живот. Кажете им да ги заокружат оние вреќи со песок, т.е. со личен товар, кои што сметаат дека им се најтешки и не можат да се ослободат од нив. Побарајте од секој да нацрта квадрат околу оние вреќи со личен товар што може самиот да ги промени за да станат полесни. Ако товарот е многу тежок, може да се подели на помали парчиња, кои полесно се носат. Нека размислат конкретно за секоја промена што можат да ја направат.
3. Кажете им на учениците да се поделат во двојки. Секој со својот партнер да размени што размислувал, кои товари ги именувал и кои од нив може да ги промени. Партнерите можат да си бидат поддршка во промените. Потоа сите во голема група одбираат по една или две работи кои ги објаснуваат пред сите.

Работен лист - ЛЕБДАМ ВО БАЛОН



РАБОТИЛНИЦА 16 - РЕАГИРАЊЕ НА НАСИЛСТВО

Потребни материјали:

- Табла, креда, хартија, фломастери/моливи за работа во мала група.
- Информативен лист 1: Некои позитивни однесувања во насилни ситуации
- Информативен лист 2: Совети за постапување во насилни ситуации

Цели на работилницата:⁵

- Запознавање со можни причини за насилно однесување од позиција на различни општествени групи
- Запознавање со различните начини на индивидуално и групно реагирање на насилство.

Тек на активностите

1. **Од каде потекнува насилството, зошто некои луѓе се насилни?** Учениците поделете ги во мали групи. Членовите на секоја група играат одредена улога (една група претставува полициски инспектори, друга психолози, трета вработени во министерство за образование, четврта родители, и сл.). Секоја група треба да одговори на прашањето „Зошто некои луѓе се насилни?“
2. **Презентација во ТВ емисија** По групната дискусија, секоја група номинира претставници кои треба своите заклучоци да ги претстави на пошироката јавност (односно на останатите во одделението). Заклучоците може да бидат претставени така што ќе се симулира ТВ емисија во која претставниците од малите групи се гости, а Вие треба да бидете домаќин во емисијата, да водите разговор со гостите кои треба да ги изнесат ставовите од своите мали групи.
3. **Емисијата продолжува - чекор понатаму** - Продолжете го разговорот во емисијата така што ја вклучувате и „публиката“ односно останатите ученици кои не се „гости“ во емисијата. Изнесете го податокот дека 2/3 од луѓето претрпеле некој облик на врсничко насилство во училиштето. Прашајте ја „публиката“ дали и нивното искуство го говори истото. Што мислат дека треба да направат во ситуации кога се изложени на насилство или кога некој друг е во таква позиција. Кои се опциите?

⁵ Според „Програм превентивних радионица за ученике основних школа“, 2010

Продолжете го разговорот. Определете некој ученик кој може да биде асистент и да ги запише предлозите на учениците. Потоа, можете да ги дополните или заокружите идеите и дополнително да ги истакнете конструктивните облици на однесување кои се предложени во прилогот.

- 4. Графити** Учениците на голем лист хартија (А3 или флипчарт хартија) пишуваат свој графит каде ќе ги дадат своите впечатоци, препораки во врска со насилството или пораката која ќе укаже на значењето на разбирањето и толеранцијата. Овие графити/ плакати можат да бидат дел од изложбите во училиштето или да послужат како инспирација за театарска изведба, игра на улоги или ликовни творби.

Информативен лист за наставникот/наставничката

1: Некои позитивни однесувања во насилни ситуации:

1. ЛОБИРАЊЕ

Договорете се неформално да „лобирате“ кај соучениците во одделението да се донесе договор за заедничка одбрана и вмешување на сите соученици со цел да се прекине врсничко насилство. Секој треба да размислува како да не дозволи самиот да биде лице кое насилникот го злоставува кога му е досадно.

2. СИТЕ ЗАЕДНО ЗА НЕНАСИЛСТВО

Ако сте изложени на насилство, повикајте ги другарите, откако претходно сте се договориле на одделенскиот час дека ќе си помагате меѓусебно во случај некому да му се случи нешто „лошо“. Помошта не подразбира формирање две групи кои ќе се истепаат меѓусебно, туку што е можно повеќе луѓе кои можат да спречат насилството или да ги повикаат сите кои се во близина да им се придружат за да ја прекинат оваа ситуација.

3. ГЛАСНО КАЖИ „НЕ“

Кога сте изложени на насилство, особено физичко, гласно спротивставете се, бунете се, викајте на цел глас, енергично застанете да се браните. Идејата не е да го продолжите ланецот на насилството така што физички ќе се пресметате со врсникот кој манифестира насилно однесување, туку ќе настојувате да им дадете на сите во близина сигнал дека имате проблем. Апелирајте да ви помогнат, и погрижете се преку овој повик да се замешаат возрасните.

Немојте да ги толерирајте малите непријатности кои некој ви ги причинува со образложение дека тоа не е нешто крупно или дека не е фер некој поради „ситница“ да страда, или дека тоа е исклучок и нема во скоро време да се повтори, и сл.

4. МРЕЖА НА ЗАШТИТА

Потсетете се дека постојат внатрешни и надворешни механизми за заштитна мрежа. Разговарајте кој би можел да биде вклучен во оваа мрежа на заштита во домот, во училиштето, во заедницата или општината, во државата. Прикажете им ги на учениците главните институции и поединци во мрежата и поттикнете ги да го пријавуваат насилството.

За повеќе детали, видете го Прилог 1.

2: Совети кои можете да им ги дадете на учениците доколку се најдат во насилна ситуација

1. Што можеш да направиш ако си лице кое трпи насилство?

- Насилство почесто се врши над мирни, срамежливи ученици кои оддаваат впечаток дека се исплашени. Потруди се да одиш со крената глава и да изгледаш сигурно.
- Обиди се да го игнорираш оној кој те вознемирува или се обидува да те злоставува. Кога ќе види дека не може да те повреди, можеби и самиот ќе се откаже.
- Гледај го во очи, кажи му да престане и оддалечи се од ризичната ситуација. Не го сфаќај тоа како бегање!
- Тие кои вознемируваат, вршат насилство или злоставуваат сакаат да го видат твојот страв и солзи. Обиди се да не ги покажеш емоциите.
- На насилство не возвраќај со насилство! Некој ќе помисли дека ти предизвикуваш непријатности. Освен тоа, напаѓачот е обично посилен.
- Ако некој бара пари или некој предмет, дај му ги, за да не ти ги одземе насилно. Веднаш потоа побарај помош од возрасен
- Избегнувај места на кои често се појавуваат потенцијални или познати насилници или биди во друштво на други ученици или возрасни.
- Запиши го тоа што ти се случило и како си се чувствувал тогаш.
- Можеби ќе ти биде полесно да се довериш некому.
- Немој да страдаш во тишина. Раскажи им на возрасните (родителите, наставниците, одделенскиот раководител, педагогот, психологот, полицијата) што ти се случува. Нивна должност е да те заштитат. Ако не кажеш што ти се случува, никој не може да ти помогне!

2. Размисли дали ти се однесуваш насилно; ако да, што треба да направиш?

Преиспитај се! Можеш да одбереш како ќе се однесуваш кон другите. Доколку на некое од овие прашања имаш потврдни одговори, размисли, можеби другите страдаат поради твоето однесување и можеби е време да се промениш и да се однесуваш подобро.

- Редовно именуваш некого со погрдни имиња, или ги исмејуваш поради тоа што по нешто се разликува од тебе.
- Му се потсмеваш поради облеката, особините кои ги има, музиката која ја слуша, местото каде што живее и друго.
- Не му дозволуваш да се придружи во твојата „екипа“.
- Озборуваш или препраќаш непријатни пораки за него преку мобилен или интернет.
- Го удираш, тепаш.
- Му земаш пари или други работи со сила или без прашање.
- Го присилуваш да прави нешто за тебе или другите, а тој или таа не го сакаат тоа.

Ако посакаш да се промениш:

- Размисли сериозно, твоите постапки имаат последици: возрасните се лутат на тебе, може да покренат процедури кои може да остават трага во твојата ученичка биографија и да имаат многу негативни последици.
- Твоите врсници страдаат. Твоите лоши зборови или удари оставаат лузни за цел живот. Тие не заслужиле кон нив да се однесуваш насилно. Замисли тоа да се случува на твојот брат или сестра!
- Разговарај со некого во кого имаш доверба, извини се, понуди се на било каков начин да ја поправиш грешката и да му олесниш на оној кому си му нанел болка.
- Кога ќе добиеш желба некого да повредиш изброј до десет, прошетај. Осмисли некои други начини да бидеш „кул“. Развивај вештини во некој спорт, компјутери, уметност, фотографирање.
- Секогаш кога ќе ти успее да не се однесуваш насилно спрема другите, честитај си самиот себе си, пофали се пред оние на кои им значиш.

РАБОТИЛНИЦА 17 - БЕЗБЕДНО КОРИСТЕЊЕ ИНТЕРНЕТ

Потребни материјали:

- Компјутер, работен лист, молив

Цели на работилницата:

- Препознавање на добрите и лошите страни од користење социјални мрежи;
- Освестување за насилството по пат на социјалните мрежи;
- Набројување начини на постапување во случај да станат жртви на виртуелното насилство и начини на превенција.

Активности:

1. Работилницата започнува со прашања како учениците би ги внеле во темата за виртуелно насилство:
 - Дали имате профил на социјалните мрежи?
 - Зошто го направивте профилот?
 - Што правите на социјалните мрежи?
 - Дали некогаш сте се чувствувале лошо на социјалните мрежи?
2. Поделете ги учениците во помали групи (4-6 ученика). Секоја група ќе има иста задача да ги наброи добрите и лошите страни на социјалните мрежи. Листот А4 се дели на половина. Целта на оваа задача е учениците да воочат дека социјалните мрежи можат да бидат забавни, но и многу опасни. Побарајте од учениците да запишат примери на хартија. Додека учениците работат во групи, поттикнете ги на размислување, и ако е потребно насочете ги да се присетат на што повеќе конкретни примери за добрите и лошите страни на социјалните мрежи. Замолете еден претставник од секоја група да ги изнесе заклучоците на групата, а потоа резимирајте ги.
3. Следниот чекор е да започнете дискусија за тоа што значи насилство на социјалните мрежи. Оваа задача е многу важна, бидејќи децата често не знаат дека се или може да станат жртви на виртуелно насилство. Задачата зависи од примерите кои учениците ги имаат наведено во претходната вежба, и многу е важно учениците да се насочат да

наведуваат примери на насилство и други опасности при користење на социјалните мрежи. Прашањава кои ви ги даваме како пример, може да ги прилагодите на одговорите на учениците од претходниот дел на вежбата и можат да ви помогнат во дискусијата:

- Сега кога ги слушнавте добрите и лошите страни на социјалните мрежи, дали некои се поврзани со насилно однесување?
- Наведете некои примери за облици на насилство по пат на социјалните мрежи?
- Дали знаете некој кој бил жртва на насилство по пат на социјалните мрежи?

4. Потоа на секоја група поделете и го другиот дел на работниот лист. Во оваа задача е важно за секој од дадените предлози да се дискутира со учениците и детално да им се објасни.

Пример, на Facebook на секој албум и секоја фотографија може да одредите кој смее да има пристап до одредена фотографија. Ако учениците се присетат за начините на намалување на опасноста, нека објаснат како се прави тоа. Би било корисно да користите компјутер за да им покажете конкретно на учениците како можат да се заштитат.

Започнете кампања или натпревар со што ќе промовирате и поттикнете позитивни пораки и добри дела во општеството

Работен лист

Напишете ги добрите страни на социјалните мрежи	Напишете ги лошите страни на социјалните мрежи

Размислете за начините на кои можете да ги намалите наведените лоши страни на социјалните мрежи и како можете да се одбраните од насилството кое се случува на социјалните мрежи. Забележете ги своите примери

Информации кои може да им се поделат на учениците

Информирај се!

Сајбер насилството може да го подразбира следново:

- Порака со непримерена содржина
- Пишување коментари или објавување слики со навредлива содржина
- Имитирање на другите на интернет
- Исклучување на другите од интернет
- Бележење на другите со несоодветни слики на социјалните мрежи
- Неадекватни дискусии

Карактеристиките со кои сајбер насилството се разликува од насилството лице в лице

- Насилникот може да има чувство дека е анонимен
- Може да се случува во секој момент и тешко се избегнува
- Може да стигне до голем број лица-содржините кои се споделуваат во група или на јавни форуми може да станат трајни

Што да направите?

- бидете внимателни кога поставувате било какви содржини на интернет (содржините стануваат трајни и ја губите сопственоста над нив)
- немој да се одмаздуваш или да одговараш на провокации
- блокирај ги лицата кои те малтретираат и промени ги поставките на социјалните мрежи
- пријави го малтретирањето - кликни на страницата за пријава на злоупотреба
- собери докази- сочувај ги пораките на мобилниот телефон или преписките/ разговорите на социјалните мрежи
- разговарај со некого на кого му веруваш - членовите на семејството, пријателите, наставниците...

РАБОТИЛНИЦА 18 - МОИТЕ НЕГАТИВНИ ЧУВСТВА

Потребни материјали:

- 10 картички на кои е испишана секоја емоција, 4 варијации на работниот лист, моливи/пенкала, поштенски коверти

Цели на работилницата:

- Препознавање на своите и туѓите агресивни чувства;
- Разбирање на изворот/причините за овие чувства;
- Диференцирање на негативните чувства.

Активности:

1. На масата ставете 10 карти на кои се испишани емоции (радост, тага, лутина, бес, непријателство, страв, омраза, завист, љубомора, задоволство). Учениците се делат во двојки, при што секоја двојка зема по една карта. Нивна задача е невербално да ја претстават напишаната емоција, додека останатите деца погодуваат за каква емоција станува збор.
2. Потоа се поведува дискусија во голема група:
 - Што ни кажува телесниот говор за тоа како некој се чувствува?
 - Дали луѓето можат да пренесуваат различни пораки користејќи телесен и устен говор?
 - Што преовладува при конфликтите, устен или телесен говор?
3. **Дефинирање на агресивноста.** Поттикнете ги децата да ги пополнат недовршените реченици на работниот лист. На листот се дадени неколку варијации на агресивни чувства. Секое дете дополнува по три реченици, а потоа секој треба да ги прочита своите одговори.
4. **Прашања за дискусијата во голема група:**
 - Како ги дополнително речениците?
 - Што ти беше најтешко?

- По што знаеш дека некој чувствува...(именувајте го чувството што детето го дефинира)?
- Како се поврзани агесијата и(чувството кое е зададено/дополнето)?

5. Откако сите деца ќе завршат со своите дефиниции прашајте ги:

- Што е заедничко кај сите овие чувства?
- Дали со телесен говор можеш да направиш разлика меѓу чувствата на пр. омраза, непријателство, лутина и сл.?
- Дали со телесен говор можеш да направиш разлика меѓу омраза и љубов, пријателство и непријателство, бес и задоволство?

6. Завршете ја работилницата со позитивни емоции. Секое од децата на опачината од своето ливче со одговори, треба да напише едно позитивно чувство, кое, ако е доволно силно, може да го поништи негативното чувство за кое пишувал претходно. Потоа ливчето треба да го свитка, да го стави во поштенски коверт и да го адресира до онаа личност која му предизвикала негативни емоции, кои сака да ги поправи со помош на позитивната емоција која ја напишал. Потоа ковертите “симболично” се испраќаат.

Работен лист

Да чувствувам омраза значи _____

Она што придонесува да чувствувам омраза е _____

Знам дека другите чувствуваат омраза кога _____

Да чувствувам лутина значи _____

Она што придонесува да чувствувам лутина е _____

Знам дека другите чувствуваат лутина кога _____

Да чувствувам бес значи _____

Она што придонесува да чувствувам бес е _____

Знам дека другите чувствуваат бес кога _____

Да чувствувам непријателство значи _____

Она што придонесува да чувствувам непријателство е _____

Знам дека другите чувствуваат непријателство кога _____

Знам дека другите чувствуваат лутина кога _____

Да чувствувам бес значи _____

Она што придонесува да чувствувам бес е _____

Знам дека другите чувствуваат бес кога _____

Да чувствувам непријателство значи _____

Она што придонесува да чувствувам непријателство е _____

Знам дека другите чувствуваат непријателство кога _____

РАБОТИЛНИЦА 19 - ШТО МОЖЕ ДА ТЕ ИСПРОВОЦИРА?

Потребни материјали: хартија А4, работен лист

Цели на работилницата: Учениците

- да можат да препознаат што може да ги испровоцира и да ги протолкуваат своите „тригери“
- да заклучат како конфликтот може да има позитивни последици
- да го препознаат контекстот на настанување на конфликтот во секојдневието.

Активности

1. Учениците ги делиме во парови така што ученици кои вообичаено не се дружат ќе работат заедно, за подобро да се запознаат и да сфатат дека не се толку различни колку што мислат. Им делиме хартија на која со помош на венов дијаграми ќе ги откријат меѓусебните разлики и сличности поставувајќи си меѓусебно прашања за нивното хоби, омилена храна, омилените спортисти, актери или музичари, семејството и сл. Учениците сличностите ги запишуваат во пресекот на веновиот дијаграм, а разликите ги запишуваат во останатите делови на двата круга. Предложете им на учениците да споделат неколку примери со другите ученици. Целта на оваа активност е да се осветат учениците за меѓусебните разлики, но уште повеќе за многуте сличности.

Поставете им на учениците прашања за размислување:

- Што можеме да заклучиме врз основа на оваа активност?
- Дали има некој меѓу вас што не пронашол ниту една сличност со својот пар?
- Дали научивте нешто ново за својот партнер?

2. Нашата денешна тема е КОНФЛИКТ. Што е конфликт? (Поттикнете ги учениците заедно да осмислат дефиниција.)

Продолжете со следниве прашања:

- Дали мислите дека конфликтот со другите луѓе произлегува од сличностите или разликите меѓу нив? (Посакувани одговори се, и од сличностите и од разликите.

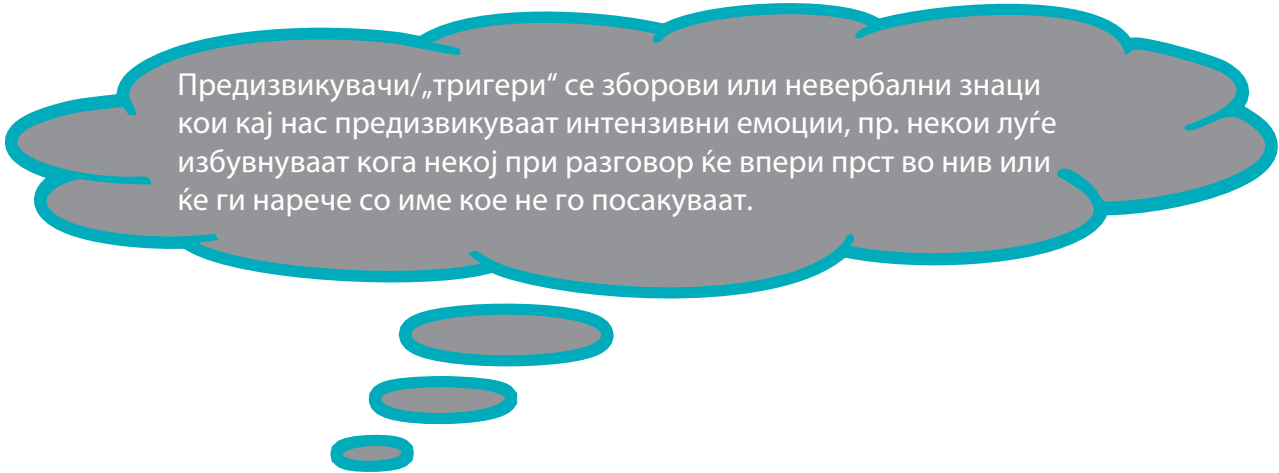
Од сличностите – ако истовремено имаме исти потреби, од разликите - ако не можеме да се договориме поради различни вредности, потреби, цели...)

- Која боја е конфликтот? Учениците треба да одберат една боја која ги потсетува на конфликт. Учениците веројатно ќе одберат бои кои ги асоцираат на негативните последици од конфликтот (црна, црвена). Целта е да се поттикнат учениците да ја препознаат нашата тенденција да ги замислуваме конфликтите како нешто негативно; Водете ги учениците кон сознанието дека конфликтот може да биде обоен со живи бои и да резултира со нешто позитивно. Поттикнете ги учениците да се присетат на неколку примери на позитивен исход на конфликти (подобро запознавање со туѓите потреби, подобро да се запознаат себеси, работа на комуникациските вештини, унапредување на односите со другите).

Во секојдневното живеење влегуваме во поголеми или помали конфликти, и во поголем или помал број на конфликти. Поттикнете ги учениците да се присетат дали денес веќе имале помал конфликт со некого во смисла на било какво несогласување.

3. Во продолжение дискутирајте за непосредните причини за настанување на конфликтите – односно „тригерите“/предизвикувачите. Можете да смислите и збор кој соодветно ќе го прикаже овој аспект на нештата што не провоцираат да постапиме негативно, да не предизвика да избувнеме. Прашања за учениците:

- Што мислите, што во контекст на причините за настанување на конфликти биле нашите „тригери“/предизвикувачи? Целта е да ги осознаеме нештата што не предизвикуваат, кои претставуваат иницијална каписла за да реагираме или избувнеме, за да можеме да ги разбереме своите емоции кои тогаш се предизвикуваат и да научиме да управуваме со таквите реакции. Им објаснуваме на учениците како конфликтот некогаш избива од предизвикувачот а не од вистинскиот проблем.



Предизвикувачи/„тригери“ се зборови или невербални знаци кои кај нас предизвикуваат интензивни емоции, пр. некои луѓе избувнуваат кога некој при разговор ќе вперува прст во нив или ќе ги нарече со име кое не го посакуваат.

За оваа дискусија можете да примените и работни листови, или пак да го напишете текстот на табла/проектор.

РАБОТЕН ЛИСТ - ТРИГЕРИ/ПРЕДИЗВИКУВАЧИ

Мои тригери/предизвикувачи

Како се чувствувам

- Кои зборови се мои тригери?
- Кои невербални знаци се мои тригери?
- Како знам дека сум лут/а?
- Дали ми треба многу време да се налутам
- Дали се лутам брзо?

Што можеш да направиш за да ги контролирш реакциите кои ги предизвикуваат твоите тригери?

Потсети се на ситуација кога со некого си влегол во конфликт поради тригерот (некој употребил збор или некој невербален знак кој кај тебе предизвикал несакани емоции), но не поради некој вистински проблем.

Конфликтот може да ни помогне подобро да го запознаеме другото лице, да ги искажеме нашите проблеми, мисли, потреби, но и да станеме потолерантни и свесни за туѓите потреби. Но ако не се работи на негово решавање, тој може да доведе до насилство. Присетете се на некој пример.

РАБОТИЛНИЦА 20 - НЕНАСИЛНО РЕШАВАЊЕ КОНФЛИКТИ

Потребни материјали: Табла, креда, флипчарт, маркери

Цели на работилницата:

- пошироко согледување на конфликтите, нивно подобро разбирање;
- развивање вештини потребни во процесот на разработка и трансформација на конфликтите.

Активности:

1. Асоцијации и малку теорија: Замолете ги учениците да кажат што прво им паѓа на памет кога ќе го слушнат зборот „конфликт“ и ги запишува нивните асоцијации на табла. Користејќи некои од нивните одговори и дополнувајќи, им објаснува на учениците што е тоа конфликт, користејќи го текстот подолу за конфликтите и предусловите за нивно мирно решавање.
2. „Договор куќа гради“: Наставникот/наставничката започнува вежба со приказната: „Откриена е нова планета, која има одлични услови за живот. Би требало да се насели. Вие сте членови на комисија чија задача е да се насели планетата. Би требало да одредите 3 особини и 3 вештини кои треба да ја имаат луѓето кои ќе ја населат планетата.“ Учениците, имаат 5 минути индивидуално да размислат и да ги запишат бараните особини и вештини. Потоа секој ученик наоѓа пар и заедно носат одлука за 3 вештини и 3 особини, што го повторуваат во група од четворица (2 пара) и осуммина (2 групи од по четворица). Потребно е да им се даде прилика на учениците да кажат како се чувствуваат во процесот. Често се случува кога сме под притисок на времето да дојде до гласање за да се донесе било каква одлука и така да се „исполни задачата“. Прашања за дискусија:
 - Колку сте задоволни со резултатот?
 - Дали одлуката е донесена со консензус?
 - Дали беше полесно да се донесе одлука во парови, во групи од четворица или

во пленум? Како и зошто? Што ви беше потешко?

- Какво решение донесовте: компромис или консензус? (види објаснувања)

3. Човечки јазол: Сите ученици формираат круг и се движат кон центарот со затворени очи и раце подигнати пред себе. Секој ученик/ученичка треба да се фати за рака со некого, и тоа со една и друга рака (не мора со исто лице), а при тоа да не ги отвора очите. Кога сите ученици се фатени со некого за рака (за шака, не за лакот/подлактица...) наставникот/наставничката ги повикува да ги отворат очите. Тогаш резултатот “јазол” треба да се разреши, учениците да се разврзат, а при тоа да не ги пуштаат рацете.

Објаснувања за наставниците

Конфликти и нивно разрешување

Конфликтот е појава во меѓучовечките односи, која може да биде резултат на недоразбирање, различни вредности, спротивставени интереси, различновидување на сопствените и туѓите интереси, незадоволени потреби или неспособност да се изразат сопствените емоции и мислење. Конфликтите постојат во односот со блиските во секојдневниот живот, но и помеѓу групи и заедници.

Елементите на конфликтот би можеле да ги сведеме на две групи поими: група на елементи во конфликтот кои се обично видливи или очигледни и збир на работи кои на прв поглед не се видливи.

Сликовито прикажано, овие две групи би можеле да ги претставиме како целина на една санта мраз, каде постои помалку видлив дел (закани, уцени, привидни цели, ставови, его, омраза, емоции, насилство, неразбирање, љубомора, бес...) и неколку пати поголем прикриен дел кој е „под вода“ (предрасуди, страв), лична корист, суета, карактер на човекот, вистински цели, желба за промена, ставови, уверувања, добра намера, немоќ, претходно искуство, емоции, социјализација, вредности, несигурност, потреба, култура, реален конфликт (причина), внатрешен конфликт, моќ....)

Разработка на конфликтот претпоставува комуникација, анализа и разбирање на сите или на поголемиот дел од претходно наведените елементи на конфликтот, при што посебен пристап на „долниот дел на сантата лед“ бара многу трпение, вештини, време, сила и храброст.

Предусловите за ненасилно справување со конфликтите, би можеле да ги сведеме на:

- Самопочитување и почитување на другите
- Подготвеност за слушање и разбирање
- Препознавање и задоволување на потребите, без загрозување на другите
- Соработка
- Отвореност и критичност

- Подготвеност за преиспитување на сопственото однесување и сопствените ставови (работа на себе)
- Истрајност во процесот
- Фантазија, креативност, уживање

Кога насилството е на самиот врв, не постои ниту еден модел или метода, со кои може моментално да се запре, било со насилен или ненасилен пат. Позитивната комуникација, довербата и разбирањето, се процеси кои бараат време. Со започнување на тие процеси можеме да го спречиме насилството или да го сведеме првобитно на ниско ниво.

Ненасилството не е пасивно претставува туку активно, конструктивно и креативно справување со конфликтите.

Која е разликата измеѓу компромис и консензус

Компромисно решение е решение со кое сите замешани страни подеднакво се незадоволни и каде постои рамнотежа на незадоволства. Не се задоволени сите потреби на заинтересираните страни, туку сите страни отприлика во иста мера прифатиле да не им бидат задоволени нивните потреби. Компромисот не подразбира во суштина разбирање за потребите на другите и постои ориентација кон постигнување резултат. Тоа може да се илустрира со следната реченица: Тоа можеби не е тоа што го сакав, но можам да ја почитувам оваа заедничка одлука.

Консензус е начин на донесување одлуки со кој сите вклучени страни имаат прилика да ги изнесат своите погледи, ставови, потреби. Во тој процес се дава акцент на разбирање на потребите на другите и низ соработка се бара начин како да бидат сите задоволни. Консензус не значи право на вето на донесување одлука без образложение, зошто едната страна се противи на одлуката. Одбивањето да се образложат причините значи одбирање соработка, и би било важно да се испитаат причините кои довеле до таквиот став, без обвинување и притисок. Вредноста на консензусот е во заедничкиот резултат но и во самиот процес.

РАБОТИЛНИЦА 21 - НАДМИНУВАЊЕ И КОНТРОЛА НА АГРЕСИВНОСТА

Потребни материјали:

Хартија исечена на повеќе ленти за секој ученик, пластична кеса за секој ученик, работен лист, моливи/пенкала, флипчарт лист или табла, маркер или креда.

Цели на работилницата:

- стекнување позитивни начини за надминување на агресивните чувства;
- воспоставување контрола врз агресивноста.

Активности:

1. „Торба на чувствата“: На децата им се даваат по десетина ленти од подготвената хартија. На секоја лента учениците запишуваат по едно чувство, позитивно или негативно. Потоа ги свиткуваат лентите и ги ставаат во едно пластично кесе (секој ученик има свое кесе). Поставете им прашање на сите ученици што ќе се случи со секој од нас ако немаме можност да ги изразуваме чувствата. Следи бура од идеи за она што ќе се случи. Потоа секој од учениците треба да го надува своето кесе, да го затвори отворот и да го пукне кесето.
2. Потоа се поведува дискусија за споредбата меѓу торбата со чувства и личноста преплавена со чувства:
 - Што може да му се случи некому ако е преплавен со многубројни и силни чувства?
 - Како тој/таа се однесува?
 - Зошто луѓето се однесуваат агресивно?
 - Кои се последиците од агресивното однесување?
 - Дали агресивноста ти помага секогаш да добиеш што сакаш?
 - Што те прави агресивен?
 - Дали агресивноста им е својствена на луѓето?

3. Секој ученик на еден лист хартија пишува три начини на кои возрасните (родителите, наставниците, соучениците ги прави среќни, а потоа три начини на кои ги прави несреќни (работен лист).
4. Следи дискусија во која учествуваат сите во голема група:
 - Кои се начините некого да направиш среќен или несреќен?
 - Дали ги правиш луѓето среќни или несреќни?
 - Што значи да поседуваш моќ?
 - Каква моќ имаат другите врз тебе?
 - Каква моќ имаш ти врз другите?
 - Каква моќ имаш врз себе самиот?
5. Групата се дели на половина/две помали групи. Едната група треба да пронајде социјално прифатливи начини на изразување на агресивноста, а другата социјално неприфатливи начини на покажување на агресивноста. По еден претставник од секоја група го претставува резултатот и го пишува на флипчарт хартијата или на табла (во дадената табела). секоја од листите.
6. Секој во групата одбира по еден прифатлив начин за изразување на агресивноста за да го изведе невербално пред другите. Оваа вежба може да се изведе и во парови или мали групи, зависно од динамиката на групата.

Работен лист

Начини на кои возрасните ги правам среќни	Начини на кои возрасните ги правам несреќни
1.	1.
2.	2.
3.	3.

Следнава табела може да биде напишана на Флипчарт лист или табла

Прифатливи начини на покажување на лутината и бесот

Неприфатливи начини на покажување на лутината и бесот

Работилница 22 - „Не за насилство, да за толеранција“

Потребни материјали: Табла, креда, самолепливи ливчиња во 5 бои, хартија, работни листови

Цели на работилницата:

- Осознавање и освестување за проблемот на етикетирање
- Осознавање на сличностите меѓу учениците и поддржување на различностите
- Осмислување сопствени предлози за подигање на свеста за различните облици на насилство меѓу учениците

Активности

1. Подгответе самолепливи ливчиња во 5 различни бои, така што бројот на ливчињата да е еднаков со бројот на учениците во одделението. На ливчињата со иста боја напишете име на една од најчестите етикетираните групи во училиштето (на пр. бубалици, глупи, смотани, ментални, дебели, и сл.), така што ливчињата се свиткани, да не се гледа напишаната содржина. Секој ученик нека извлече ливче и врз основа на истата боја формирајте групи. Потсетете ги учениците да не ги отвораат ливчињата. На учениците им се задава задача пред да ги отворат ливчињата, внатре во групата, да осмислат своја дефиниција за насилството - како тие го толкуваат тој поим. Потоа нека определат која боја според нивното мислење најдобро го симболизира тоа што за нив претставува насилство (на пр. сина поради модринки, црна поради тага и сл.) и нека го објаснат својот избор. Дајте им 5 минути за договор, а потоа претставник од секоја група ги изнесува заедничките заклучоци.
2. Потоа учениците нека погледнат што пишува на ливчињата кои ги извлекле. Објаснете им дека сега тие се претставници на таа етикетирана група и треба да размислуваат од својата перспектива (како да се тие вистински членови на таа група). Поделете ѝ на секоја група по еден лист хартија, на кој членовите на групата во облик на стрип ќе нацртаат една негативна ситуација, поттикнати од предрасудата со која тие, т.е. етикетираната група која ја претставуваат, многу често се среќава. За оваа активност на учениците има даваме 10 минути. Потоа се повикуваат претставниците на групата да ги изложат своите стрипови и да објаснат што претставуваат. Поттикнете ги да зборуваат во прво лице. По завршувањето на претставувањето на сите групи, на таблата ги пишуваме сличностите и поставуваме прашања за тоа што е заедничко на сите излагања. Одговорите можат да бидат: негативни емоции, предрасуди, стрес, немоќ, насилство, нетолеранција.

3. Покренете дискусија за следниве прашања:

- Кои облици на насилство меѓу врсниците постојат?
- Зошто издвоените етикетирани групи често наидуваат на неприфаќање?
- Дали се сретнувате често со насилно однесување кон вас/другите? Како реагираате во тие ситуации?
- Дали го познавате терминот „сајбер насилство“? Овој термин се употребува за насилство преку интернет.
- Дали вие можеби сте насилни кон некого, а до сега да не сте биле свесни?

4. На учениците им поделуваме работни листови во кои треба да го напишат одговорот на прашањата. За оваа активност можете да го напишете текстот на табла/хартија/проектор. Преку размислувањето за своите одговори и последователната дискусија, учениците развиваат вештини за критично мислење.

Работен лист

Размислете:

1. Дали некогаш сум донел заклучоци за друго лице врз основа на тугите мислења?

ДА

НЕ

2. Дали некогаш сум се придружил кон исмејување на некое лице само затоа што другите ја исмејувале?

ДА

НЕ

3. Дали некогаш сум бил покрај некое лице кое било изложено на физичко/психичко насилство, а сум го игнорирал фактот дека требало да му помогнам?

ДА

НЕ

4. Дали некогаш на социјалните мрежи некого сум го изложил на понижување и навредување или сум им се придружил на другите кои тоа го правеле?

ДА

НЕ

5. Дали некогаш некого сум го изложил на психичко насилство?

ДА

НЕ

Ако на било кое од прашањата 1-4 сте одговориле потврдно, вашиот одговор на последното прашање е **ДА**. Што мислите сега за своите постапки? Како можете вие да бидете потолерантни, и како можеме другите ученици и возрасни, училиштето, заедницата и општеството да ги направиме потолерантни?

РАБОТИЛНИЦА 23 - НАСИЛНО ОДНЕСУВАЊЕ

Потребни материјали: табла и кредити, или флипчарт хартија и маркери

Цел на работилницата:

- Зголемување на свесноста за важноста на правилата кои штитат од насилство.

Активности:

1. Што се правила, кои правила постојат, општи и специфични, правила поврзани со насилството? Наставникот/наставничката накусо претставува што значат правилата и зошто ни се потребни, општо во животот и во ситуации на насилство и решавање на насилно однесување. Се посочува дека правилата треба да бидат едноставни, јасни, куси, разбирливи за сите, а кога ги донесуваме во рамките на некоја заедница или група, сите членови треба да бидат активни. Во училиштето, при донесувањето на правилата за ненасилно однесување, треба да учествуваат и децата и возрасните.
2. Децата се поттикнуваат на бура на идеи: Дали правилата се важни и дали ни требаат? Кои правила ги имаме во животот: на пример, сообраќајни правила, куќни правила... Што би се случило кога на светот не би имало правила? Што би се случило кога би немало правила во спортот или некоја друга област?

По набројување на општите правила, учениците се насочуваат на правилата поврзани со насилното однесување. Кои однесувања се пожелни/посакувани? На пример, за време на училишниот одмор меѓусебно ќе се дружиме и никого не изолираме. Не треба да се туркаме, штипеме, зборуваме погрдни зборови, навредуваме нечие семејство....

Потоа, учениците се делат во 4 групи, се одредува гласноговорник и записничар. Групите ги запишуваат 1) општите правила, 2) општото посакувано однесување, 3) специфичните правила поврзани со ненасилство, и 4) посакуваното однесување поврзано со ненасилство, и потоа ги презентираат.

3. Последици при кршење на правилата. Наставникот/наставничката посочува дека кршењето на правилата носи и последици (неносење опрема за физичко, неоправдани часови, неучество во активности на часот). По заедничката дискусија за кршење на правилата и последиците, наставникот/наставничката ги води учениците низ нивните сопствени

искуства со врсничкото насилство, се разбира на безбеден начин кој никого не загрозува. Што направиле (или не) или кажале (или не), како се чувствувале, која одлука ја донеле? Последиците, позитивни и негативни, се запишуваат на таблата. Потоа следи дискусија за тоа што повеќе ни се допаднало или било ефективно а наставникот/наставничката укажува на тоа дека, кога кај некој возрасен пријавуваме некое насилно однесување тоа не е „кодошење“ туку напор вложен за зачувување на вредностите и правилата.

4. Изведување заклучок: Учениците удобно се сместуваат во столиците, ги затвораат очите и секој за себе треба да донесе одлука: кое негативно, насилно, повредувачко однесување ќе го замени со позитивно и ненасилно, афирмативно. На пример „Во иднина ќе и кажам на Јасна дека има убава виткана коса наместо секојдневно да и зборувам дека има гнездо за птици на главата“. Овие свои одлуки ги запишуваат тајно за себе и по извесно време ќе ги потсетиме да ги погледаат и размислат дали ги оствариле.

РАБОТИЛНИЦА 24 - ПРОМЕНАТА ЗАПОЧНУВА ОД МЕНЕ

Потребни материјали: Листови хартија, моливи/пенкала, работни листови

Цели на работилницата:

- Освестување за посакуваните особини кои луѓето ги поттикнуваат на добри дела;
- Препознавање на сопствената моќ за покренување промени во секојдневието.

Активности:

1. Заедно со учениците формирајте круг држејќи се за раце. Објаснете дека сега ќе правите бранови со добри вибрации кои тие мораат да ги праќаат понатаму - со рацете правете така да изгледа како бранот да влегол во вашата десна рака, поминал преку рамото и продолжил да се движи низ левата рака; ученикот покрај него го прифаќа бранот и го праќа на ист начин.
2. Откако учениците ќе разменат насмевки и погледи, се делат во групи од по пет; во групата треба да размислат кои човечки особини се потребни за добри дела (во контекст на филантропија и хуманост). Своите одговори нека ги запишат на хартија, а потоа претставник од групата ќе ги изнесе резултатите од групното размислување. Бидете подготвени, учениците ќе изнесуваат разни особини кои сметаат дека се посакувани во денешното општество, а не се добрина, хуманост, сочувствување и др. Искористете ја можноста да дискутирате за овие спротивности на нашето општество.
3. Потоа објаснете им на учениците дека нивна следна задача е да се присетат (секој за себе) на свои постапки (или зборови) со кои во некоја ситуација помогнале некому. Нека се присетат како се чувствувале тогаш. Дајте им на учениците неколку минути за размислување за да ги напишат своите мисли и емоции. Потоа поттикнете неколку ученици да ги споделат своите позитивните искуства пред сите. Прашајте ги учениците дали со своите добри дела поттикнале другите да прават добри дела? Дали мислат дека добрите дела можат да се шират како добрите вибрации од претходната активност. Поттикнете куса дискусија.
4. Поделете им ги учениците работните листови.

РАБОТЕН ЛИСТ⁶

Морските бранови ноќта исфрлиле милиони морски ѕвезди. **Тие, не можејќи** да се вратат во морето, полека умираше на песокот. По песокот одела една жена и полека, една по една, ги враќала ѕвездите во морето. Тука поминувале некои луѓе и прашале:

- „Што правиш, добра жено?“
- „Ги враќам ѕвездите во море.“
- „Тоа ти е залудна работа, бидејќи на повеќето нема да можеш да им помогнеш.“
- „**На овие** кои ќе ги вратам, можам.“ **одговорила** жената и продолжила да ги враќа ѕвездите во морето.

1. Кој одлучил да делува во оваа приказна?

2. Кој само седел настрана и не направил ништо?

3. Кому му била потребна помош?

Размислете за кои „морски ѕвезди“ во вашата околина, покрај кои минувате, не правите ништо, бидејќи мислите дека не може да им помогнете?

Сепак размислете како можете да им помогнете.

Станете поангажирани и немојте да ги игнорирате туѓите проблеми бидејќи никогаш не знаете дали вие еден ден ќе бидете „ѕвездата“ од приказната.

Дали сакате некому да му помогнете, да го развеселите, и да му го разубавите денот? Со мали дела, со малку време и труд, можеме некому да му олесниме, некого да го развеселиме или да дадеме дел од себе на друг. Размислете дали постои во вашата близина ученик, постаро лице или било кој на кого му е потребна помош, а вие можете нешто да направите. Поттикнете промена! Информирајте се, вклучете се и промената нека започне од вас!

⁶ Според Bognar, L.; Nist, M.; Tonkovic, Lj. (2004) Miroljupci - prirucnik mirovnog odgoja. Osijek, Centar za mir, nenasilje I ljudska prava, Edukacijska kuca

РАБОТИЛНИЦА 25 - А ШТО СЕГА? или СТИЛОВИ на решавање конфликти

Потребни материјали: Информативен лист Стили на решавање конфликти, фломастери, А4 листови

Цели на работилницата:

- учениците да ги совладаат основите за воспоставување соработка и решавање проблеми
- да ги унапредат своите комуникациски вештини
- да ги усвојат основите вештини за решавање конфликти
- да применуваат компромис и соработка
- да научат разлики меѓу разни видови на решавање конфликти и да ги применуваат.

Активности:

1. На учениците им кажуваме дека денес заедно ќе решаваат проблеми и конфликти. Ги прашуваме кој им е пример, со кого се поистоветуваат во животот кога станува збор за решавање конфликти и поради што? Поразговарајте за начините и најчестите пристапи кои луѓето ги користат при решавање на некој конфликт или проблем.
2. Претставете им ги петте стилови за решавање конфликт (Види Информативен лист за наставникот/наставничката) и разговарајте дали се препознаваат во некои или во повеќето стилови, и кој стил најмногу им се допаѓа. Можете да поразговарате и за тоа кои се предностите, а кои недостатоци на поединечните стилови. Потоа кажете им дека ќе работат на конкретна ситуација.
3. Ако во одделението или во училиштето постои некоја конфликтна ситуација можете да ја искористите за оваа работилница; тоа може да биде добро затоа што ќе се работи на реално искуство. Но ако се одлучите да не работите на реален пример, поради одредени причини, (бидејќи ситуацијата е преосетлива или тешко е да се биде неутрален), одберете неколку измислени проблематични ситуации кои претставуваат предизвик за

групата пријатели, врсници, колеги или семејство. Еве неколку примери кои можете да ги искористите:

- Во вашето одделение дел од учениците сакаат да се носи училишна униформа, а дел не прифаќаат.
- Во твоето друштво постои нова личност, и дел од друштвото не сака да се дружи со него/неа, а останатите сакаат.
- Дел од учениците сакаат да креираат ученички весник а другите сакаат да направат радио емисија.

Поделете ги учениците во работни групи (3-5 ученика, во зависност од големината на одделението). Учениците треба да ја прокоментираат ситуацијата која ја одбрале, а потоа се разгледуваат петте стилови на решавање на конфликти од аспект на определената ситуација. Учениците треба да замислат како би изгледал процесот на решавање конфликт според соодветниот стил и какво решение би се постигнало. Внимателно се разгледува секој стил и вие треба да процените дали учениците ја сфатиле суштината на секој стил поодделно или им е потребно дополнително објаснување. Може учениците да покажат или одглумат одредена реакција во поединечните стилови.

Прашања за дискусија

- Кој стил ви беше најлесен да го опишете, а кој најтежок и зошто?
- По што секој од стиловите е позитивен, а по што негативен?
- Знаете ли некој кој знае добро да соработува?
- Каква е таа личност?
- Препознавате ли некого во определениот стил?

СТИЛОВИ НА РЕШАВАЊЕ КОНФЛИКТИ

Постојат пет типични начини, стилови на решавање конфликти, кои групите и поединците ги користат во конфликтни ситуации..

1. Борба и победување на другиот: **НАТПРЕВАРУВАЊЕ** - едно или повеќе лица се мошне влијателни и моќни, и се обидуваат на разни начини да го наметнат своето мислење и своите решенија. Знаат да ги нападнат другите кои не се согласуваат со нив и понекогаш да бидат груби и агресивни.
2. Попустливост : **ПРИЛАГОДУВАЊЕ** – овие лица се пријатни и пријателски настроени, лесно се прилагодуваат и важно им е сите други да се задоволни.. Понекогаш не мислат на своите потреби, не се заземаат доволно за себе и со тек на времето може да станат многу незадоволни. Од друга страна, понекогаш проблемот не им е толку важен и не инсистираат на својот предлог.
3. Стил на **ИЗБЕГНУВАЊЕ** – овие лица не сакаат конфликт и конфронтација ни по која цена. Сето тоа им е многу напорно и непријатно. Оние кои го применуваат овој стил се однесуваат како да не постои проблем или како сето тоа да не е така сериозно.
4. **КОМПРОМИС** – кога ситуацијата не е многу важна, а сепак мораме да ја решиме, тогаш преговараме и се „спогодуваме“ или „нагодуваме“ со другата страна; малку ќе попушти едниот, малку другиот и ќе се постигне некое решение со кое сите ќе бидат донекаде задоволни.
5. **СОРАБОТКА** – кога соработуваме секој е важен и секој во групата активно учествува и пронаоѓа решенија. Решението не мора да биде совршено, но треба да биде доволно добро и прифатливо за сите. Овој процес обично трае нешто подолго и неопходна е конструктивна и отворена комуникација меѓу членовите на групата. Се бара квалитетно решение во кое сите ќе се чувствуваат како победници, дури и ако се откажале од некои свои барања, и решенија во кои секој член на групата е важен.

Секој од овие стилови понекогаш е потребен и позитивен, а најсоодветен за сложени групни проблеми се смета стилот на соработка, кога „повеќе глави се поаметни од една“ и кога е важно долгорочно сите да бидат задоволни. За овој стил секако е важно сите да бидат вклучени, да им е тоа важно, одговорно да учествуваат и да имаат свој став!

Опишаните стилови на решавање на конфликти се засноваат на моделот за Решавање конфликти Thomas & Kilmann (1974) кои опишуваат 5 стилови на решавање конфликти, кога некој во исто време и се застапува себеси и соработува со другиот.

РАБОТИЛНИЦА 26 - УЧЕНИК НАСИЛНИК

Потребни материјали: работен лист

Цел на работилницата:

- Учениците да умеат да препознаат разни видови насилство, навремено да реагираат и да преземаат соодветни чекори во училиштето за сите да се чувствуваат сигурни

Активности:

1. Одберете кои ученици ќе ја „одглумат“ ситуацијата (во зависност од искуството со работилници учениците можат и сами да одберат учесници), и дајте им го работниот лист.
2. По презентацијата сите ученици имаат 5 минути да размислат за тоа што го виделе. Секој ученик добива задача да ја одглуми својата реакција на прикажаното насилство и да предложи решение на проблемот без употреба на насилство и без вклучување на полицијата во случајот.
3. Учениците креираат различни заклучоци за начините на мирно решавање на конфликтот. Важно е учениците да знаат дека „Никогаш не се сами“ и декарешавањето на проблемите е секогаш полесно доколку им дозволиме на добронамерните луѓе да ни помогнат, бидејќисо споделување на проблемите полесно можеме да го носиме товарот. Освен тоа, често пати другото лице може да ни понуди решение за кое самите секогаш не можеме да се сетиме. Особено е важно да знаеме кои стручни лица можат да ни помогнат. Посочете им ги стручните лица во училиштето и надвор од него.

Доколку имате проблем, ако некој вербално или физички ве напаѓа немојте да се двоумите туку веднаш побарајте помош. Многу често можно е насилникот да не сфаќа дека чини насилство, а со помош на другите полесно ќе го решите проблемот. Кому можете да му се обратите за помош?⁷

1. Член на семејството
2. Пријател
3. Наставник, класен раководител
4. Член на стручната служба
5. Полицаец
6. Друг возрасен

⁷ Според: „Насилје није мој избор“

Работен лист

Игор е ученик во едно основно училиште. Тој е проблематичен и често има проблеми со другите ученици и наставници. Игор е предводник на „големата петорка“, како што ја викаат најпроблематичната, но за жал и најпопуларната група ученици во училиштето. Често ќе удрел ученик само затоа што тоа дете има нешто што тој го нема или едноставно само затоа што другото дете не му се допаѓа. Наставничкиот колегиум повремено го санкционира ваквото негово однесување со одредени казни.

Меѓутоа, по одредено време се случил еден настан кој бил окарактеризиран како „капка која ја прелила чашата“. Кога еден ученик минувал покрај Игор, Игор му упатил неколку навредливи зборови со кои го навредувал и неговото семејство. Тој ученик дошол до Игор и го запрашал, зошто му го кажал тоа и му нагласил дека тој нема да трпи навреди како што трпат другите ученици. До тогаш Игор немал доживеано некој да му се спротистави и никој не смеел така да му се обраќа, а не пак едно „мало лигаво детиште“ како што го нарекол Игор детето што му се спротивставило.

Игор, целиот изреволтиран, станал и почнал да го удира соученикот со раце. Со последниот удар го легнал на под и му ги зел парите. Целиот овој настан се случил во училишниот двор. Треба да споменеме дека Игор е малолетен ученик.

РАБОТИЛНИЦА 27 - ТИЕ ОЗБОРУВААТ... А ТИЕ СЕ ТЕПААТ

Потребни материјали: флипчарт и маркери

Цели на работилницата:

- Препознавање на насилното однесување на девојчињата и момчињата
- Разбирање на границата меѓу шега и насилство

Активности:

1. Поделете ги учениците во две групи според полот и објаснете им дека на денешната работилница ќе работат на облиците на насилството кои се вообичаени за девојчињата, односно момчињата. Кажете им дека истражувањата покажале дека девојчињата се склони повеќе кон вербално насилство, психолошко и социјално, додека момчињата често користат физичко и сексуално насилство.

Прашајте ги каква е состојбата во нивното училиште и одделение?

2. Дајте им ги задачите на групите. Излистајте на флипчарт насилни работи кои воглавно ги прават девојчињата, а на друг лист излистајте ги насилните работи кои главно ги прават момчињата.

Помогнете им на групите што подобро да ја изработат вежбата и на флипчартот да запишат што повеќе работи. Потсетете ги: вербално насилство е именување со погрдни имиња, исмејување, омаловажување...; физичко насилство е удирање, буткање, одземање и уништување работи...; социјално - озборување, избегнување, игнорирање, ширење лаги и гласини...; психолошко – заканувачки погледи, гримаси, исмевање, следење, уценување...; сексуално - разни нивоа на физички контакт (милување, допирање, прегратки, присилување на сексуален однос...) кои за другата страна не се посакувани или не се адекватни за возраста.

3. По 10 минути работа во групите, излистајте ги резултатите од групата. Прашајте ги учениците што мислат, зошто девојчињата вршат насилство на еден, а момчињата на друг начин? Поразговарајте за различните родови улоги и разлики. Какви се тие улоги

и разлики? (на пр. девојчињата се послаби, момчињата се посилни и традиционалната улога им е да штитат, да бидат војни, тие го вежбаат тоа. Девојчињата се поемотивни па им е полесно да повредат емотивно, отколку физички...) Потсетете ги учениците дека традиционалните улоги маж и жена се менуваат, и нема повеќе потреба машките да одат во лов, да се борат, бидејќи цивилизацијата напреднала. Исклучувањето, озборувањето и ширењето предрасуди исто така не е прифатливо однесување, бидејќи човековите слободи и права се загарантирани со уставот и законите.

4. ОВА Е МОЈ СЛОБОДЕН ПРОСТОР - Во истите групи, учениците треба да излистаат што најчесто им пречи во комуникација со другите. На флипчарт хартија стои насловот: Ова е мој слободен простор и во комуникацијата не ми се допаѓа (не ми е пријатно):

По 10 минути работа во групите побарајте претставниците на момчиња и претставниците на девојчиња да ги претстават своите листи. Анализирајте сите заедно: Има ли разлика во комуникацијата што не сакаат момчињата а што не сакаат девојчињата? Што е заедничко? Што се издвојува и зошто? Доколку е потребно, дополнете ја листата и започнете дискусија за тоа дали „допирањето“, значи влегување во нечиј личен простор, што значи пресилен говор, не гледање во очи, лажење. На крај од полза е да ги дополните заедничките правила на однесување кои важат на ниво на училиште или одделение.

5. „Погреб“ на насилството и лошата комуникација - На крај повикајте ги учениците да одберат начин на кој ќе се ослободат од насилните начини на комуницирање кои другите не ги сакаат. Самите нека одберат што ќе направат со испишаните листови, како ќе ги „погребаат“ лошите работи во комуникацијата, дали ќе ги згужваат, или пред да ги фрлат ќе прецртаат 3 работи кои најмногу им пречат, или пак ќе ги искинат листовите така што не ќе можат повторно да се состават...)

За сите одделенија, прилагодено на возраста на учениците

Работилница 28 - МОДЕЛ НА СРЕЌНО УЧИЛИШТЕ ⁸

Потребни материјали:

- Големи листови хартија за изложување на рецептот за среќно училиште
- Моливи, боички/фломастери/пастели
- Работни листови Среќно училиште и Рецепт за среќно училиште

Цели на работилницата:

- Учениците развиваат вештини за критично размислување
- активно размислуваат за своето училишно опкружување
- подобро меѓусебно запознавање и соработување
- запознавање со концептот Среќно училиште
- развивање креативност.

Метод на работа:

1. Кажете им на учениците дека темата е среќа, особено среќа во училиште. Прашајте ги зошто среќата е важна во животот, дали знаат некој рецепт или формула за среќа и како тие би ја дефинирале. Запишете ги нивните идеи и заедно коментирајте ги, а потоа воведете ги во теоретскиот модел на среќа и прашајте ги што мислат за тоа. Зборувајте за тоа зошто е важна среќата во училиште и што им се случува на луѓето кои не се среќни, како се однесуваат и кои се последиците. Прашајте ги и што мислат дека е разликата меѓу среќно и несреќно училиште и запишете ги нивните идеи.

⁸ Според **прирачникот** „Да ги разбиеме табуата околу сиромаштијата - Креативни идеи за ублажување на последиците од сиромаштијата“, Издавач **Мрежа на центри за образовни политики** (НЕПЦ) во соработка со Фондацијата за образовни и културни иницијативи „Чекор по чекор“, Скопје. Прирачникот е достапен на македонски јазик на http://stepbystep.org.mk/WEBprostor/priracnici/NEPC_Hand_Book_MK.pdf и на албански јазик на http://stepbystep.org.mk/WEBprostor/priracnici/NEPC_Hand_Book_ALB.pdf

2. Потоа поделете ги учениците во помали групи, поделете празни големи листови хартија и маркери/фломастери и предложете ѝ на секоја група да го напише или нацрта својот рецепт за среќно училиште. Потоа можат да зборуваат за својот постер.
3. По работилницата, ако сакате, можете да ги изложите постерите на видливо место во училиштето за да можат да ги видат другите наставници и ученици.

Прашања за дискусија

- Што мислите, дали нашето училиште е среќно или несреќно и зошто? Што може да се подобри?
- Кој утврдува дали едно училиште е среќно или несреќно? Дали можете со било што да влијаете врз среќата на вашето училиште?

Идеја + за повозрасните ученици:

- Откако ќе го создадат својот модел на среќно училиште, прашајте ги дали знаат дека постои модел, односно еден вид „рецепт“ за среќно училиште и покажете им го моделот на УНЕСКО.
- Организирајте ја оваа активност за ученици, родители и наставници. Секоја група треба да подготви свој рецепт, и на крај обидете се да направите еден заеднички рецепт.

Критериуми за среќно училиште според моделот на УНЕСКО:

1. пријателство и позитивни односи во училишната заедница;
2. добри работни услови и благосостојба на наставниците;
3. слобода, креативност и ангажираност на учениците;
4. тимска работа и колаборативни проекти, на пр. спорт
5. позитивни ставови и карактеристики на наставниците.

„Рецепт“ и за несреќно училиште:

1. врсничко насилство;
2. преоптовареност и стрес кај учениците;
3. лоша атмосфера и односи во училиштето;
4. лоши работни услови за наставниците;
5. наставници со негативни ставови кон училиштето и учениците

Овој „рецепт“ можете да им го поделите на учениците или да го отпечатите или напишете на листови или да го поставите на хамер / постер во училницата.



За родители

РАБОТИЛНИЦА 23 - ШТО СЕ СЛУЧУВАШЕ ДЕНЕС НА УЧИЛИШТЕ?

Потребни материјали: Самолепливи ливчиња и големи листови хартија, работен лист „Што се случуваше денес на училиште?“, Прилог: Нивоа на интервенција

Цели на работилницата:

- родителите да ги препознаат разните облици и видови насилство и да осознаат како на нив да реагираат;
- да се запознаат со можните последици на сопственото насилно однесување кон децата;
- да го разберат значењето на сопственото вклучување во превенција на насилството.

Активности:

1. Запознајте ги родителите со дефиницијата за врсничко насилство: „Насилно однесување е кога едно дете со своите постапки му нанесе болка, страв и срам на друго дете. Насилни однесувања се само оние однесувања кои имаат за цел намерно да нанесат болка, страв и понижување.“

„За насилно однесување не го сметаме пријателското закачкање и расправи кои повремено избиваат измеѓу децата, случајно повредување или случајно уништување на туѓите работи, *пред се затоа што тоа се случува случајно.*“

Замолете ги родителите да разменат искуства од нивните деца поврзани со врсничкото насилство и специфични појави на насилство во училиштето/ одделението. Доколку ја прифатат оваа размена, поделете им ливчиња и замолете ги прво да ги напишат оние облици на насилство на кои било изложено нивното дете (1 стикер за 1 облик на насилство), а потоа облици на насилство/насилно однесување кое нивното дете го манифестирало кон другите деца (1 стикер за 1 облик на насилство); ливчињата да ги залепат на поголем лист хартија. Доколку не знаат или не сакаат да споделуваат лични искуства, тогаш свртете ја оваа активност кон искуства за кои слушнале или виделе (на пр. на телевизија).

2. Презентирајте им ги на родителите видовите и нивоата на насилство од Прилог 1 - Нивоа на интервенција (согласно Правилникот за примена на посебниот протокол за заштита на децата и учениците од насилство). Потоа со родителите се коментираат промените кај децата, се запишуваат на листови или самолепливи ливчиња и се распределуваат во три колони - според трите нивоа. Во текот на распределувањето, треба да се поврзат манифестациите и можните последици според видовите и облиците на насилство, и да се разговара како да се спречат вакви ситуации или како на нив да се реагира ефикасно и конструктивно.
3. Поделете им го на родителите работниот лист „Што се случуваше денес на училиште?“ Во зависност од информираноста на родителите, наместо објаснување може да се води дискусија.
4. Дополнителна активност: Учесниците треба да се поделат во 3 групи според 3 различни улоги: дете кое трпи насилство, дете кое врши насилство и сведоци на насилство. Секоја група, зависно од улогата, треба да подготви презентација од 3 минути, во која треба да се осврне на тоа што треба да направи родителот за да му помогне на детето.

По презентациите од групите, се разменуваат впечатоци, размислувања и искуства.

На крајот потенцирајте ја улогата и значењето на родителите во превенцијата и интервенцијата кај врсничкото насилство.

Информативен лист: „Што се случуваше денес на училиште?“

Што е насилство?

Насилно однесување е секој облик на однесување кое има за цел намерно повредување или нанесување болка, страв и понижување на друг.

Знаци дека детето трпи насилство во училиште

- Го менува однесувањето, станува повлечно, не спие добро, губи апетит, плаче, луто одговара на прашањата, раздражливо е, мокри ноќе во кревет, нервозно е, гризе нокти
- Се жали на главоболка, има болки во stomакот, заборавно е, збунето, отсутно
- Се плаши од ненадејни звуци, темница, физички контакт
- Го менува вообичаениот пат до училиште и назад, доцни
- Навредува, удира, има нагли реакции
- Има гребнатини и модринки, искината облека
- Избегнува одредени часови (пр. час по физичко)
- „Му исчезнуваат“ книги и лични работи, бара дополнително пари
- Училишниот успех се намалува

Знаци на дете кое манифестира насилство во училиште

- Има нагли реакции
- Има желба да владее, за моќ и контрола на туѓото однесување
- Ја уништува околината
- Намалена емпатија
- Тежнее кон сопствена корист
- Има високо мислење за себе
- Ароганција
- При натпреварување е победник-фалбација, но не знае да поднесе пораз

Фактори на ризик за насилство кај децата

1. Семејното опкружување

- Раниот развој бил без доволно емпатија за детските потреби
- Попустливи родители, без јасни граници во однесувањето
- Недостаток на адекватни воспитни влијанија
- Толерирање на агресивното однесување
- Некритично физичко казнување на детето

2. Влијание на врсниците

- Манифестираат насилно однесување
- Го поттикнуваат насилството
- Не можат да го контролираат непосакуваното однесување
- Групната припадност прави чувство на заштитеност и ја намалува личната одговорност

3. Влијание на медиумите

Често и долготрајно гледање насилство на ТВ, филмови или видеа го поттикнува насилното однесување, ја намалува чувствителноста за последиците од насилството и ја намалува емпатичноста/сочувствувањето.

4. Карактеристики на општеството

- Систем на вредности, уверувања
- Стереотипен начин на мислење
- Традиција и менталитет на заедницата (толерирање на насилство над децата, жените, старите и болни, лицата со инвалидитет...)

Кои се карактеристиките и однесувањето на оние кои го набљудуваат насилството?

- Лутина и чувство на беспомошност бидејќи не знаат што да преземат
- Збунетост и несигурност
- Чувство на вина поради тоа што не реагираат
- Страв од одредени места каде се случуваат ситуации на насилство, каде што се наоѓаат тие кои насилно се однесуваат

Зошто децата кои ги набљудуваат сцените на насилство не реагираат?

- Се плашат дека ќе бидат повредени
- Се плашат дека ќе направат нешто со што ќе ја влошат ситуацијата
- Не им веруваат на возрасните
- Не сочувствуваат

Родители, вклучете се!

Не е можно да го решиме врсничкото насилство без ваша помош!

Прилог 1 Нивоа на интервенција

ПРВО НИВО НА ИНТЕРВЕНЦИЈА

Наставникот/наставничката ја разрешува состојбата самостојно во рамки на работата со поединци, групи или целото одделение, и тоа во случаи на:

Физичко насилство	Емоционално/ психичко насилство	Социјално насилство	Сексуално насилство/ злоупотреба	Насилство со злоупотреба на ИКТ
<ul style="list-style-type: none"> • удирање • буткање • штипење • гребење • кубење • гризење • сопнување • шутирање • валкање • уништување предмети 	<ul style="list-style-type: none"> • исмевање • омаловажување • озборување • навредување • ословување со погрдни имиња • пцуење • етикетање • имитирање • „прозивање“ 	<ul style="list-style-type: none"> • дофрлање • потсмевање • игнорирање • исклучување од групата врз основа на: <ul style="list-style-type: none"> - социјалниот статус - националност - верската припадност 	<ul style="list-style-type: none"> • дофрлање • пцуење • негативни коментари • гестикулации со сексуална алузија 	<ul style="list-style-type: none"> • повремени вознемирувачки повици на телефон • вознемирувачки СМС, ММС - пораки • вознемирувачки пораки на социјалните мрежи итн.

ВТОРО НИВО НА ИНТЕРВЕНЦИЈА

Во решавање на сите облици на насилство, наставникот/наставничката го вклучува Тимот за заштита од насилство или стручната служба во случаи на:

Физичко насилство	Емоционално/ психичко насилство	Социјално Насилство	Сексуално насилство/ злоупотреба	Насилство со злоупотреба на ИКТ
<ul style="list-style-type: none"> • шлаканици • удирање • газење • кинење на облеката • затворање • плукање • одземање и уништување на сопственост 	<ul style="list-style-type: none"> • уценување • закани • неправедно казнување • забрана за комуницирање • исклучување • отфрлање • манипулирање 	<ul style="list-style-type: none"> • сплеткарење • игнорирање • отфрлање • невклучување • неприфаќање • манипулирање • експлоатација • националистички навреди 	<ul style="list-style-type: none"> • сексуално допирање • покажување порнографски материјал • покажување на интимните делови на телото • соблекување 	<ul style="list-style-type: none"> • огласи • клипови • блогови • злоупотреба на форуми • снимање со камера на насилни сцени • дистрибуирање на снимки и слики

ТРЕТО НИВО НА ИНТЕРВЕНЦИЈА

Ако учениците вршат или трпат некои од следните облици на насилство, задолжително треба да се вклучуваат други институции (центар за социјална работа, полиција, здравствени установи), односно да се активира надворешната заштитна мрежа:

Физичко Насилство	Емоционално/ Психичко Насилство	Социјално насилство	Сексуално насилство/ злоупотреба	Насилство со злоупотреба на ИКТ
<ul style="list-style-type: none"> тепачка, давење, фрлање што резултира со сериозни физички последици/укажана помош од лекар напад со палка, нож, оружје кои може да има фатален исход предизвикување на изгореници забрана на храна и спиење изложување на ниски температури 	<ul style="list-style-type: none"> заплашување со уцена рекетирање ограничување на движење наведување на користење на психоактивни супстанции вклучување во секти занемарување 	<ul style="list-style-type: none"> сериозни закани за животот терор на група над поединец / група дискриминација организирање затворени групи (кланови) навреди врз расистичка и националистичка основа 	<ul style="list-style-type: none"> заведување од страна на возрасни подведување злоупотреба на моќта наведување изнудување и принудување на сексуална активност силување, полов напад врз дете задоволување на полови нагони пред друг обљуба со злоупотреба на положбата 	<ul style="list-style-type: none"> снимање вулгарни и насилни сцени и нивно масовно дистрибуирање прикажување порнографски материјал производство и дистрибуција на порнографски материјал

Список на работилници по одделение/целна група

одд	бр.	Работилница
I	30.	Другарство
	31.	Моите чувства и јас, Според Да го отвориме кругот
	32.	Кутија на среќата Превземен Според Збирка радионица Покренипромјену, 2017
II	33.	Моето тело и моите чувства Прирачник Да го отвориме кругот
	34.	Разлики меѓу нас – Според Да го отвориме кругот
	35.	Лутина и агресивност Според Да го отвориме кругот
III	36.	Самопочитување - свест за себе Според Да го отвориме кругот
	37.	Запознавање и комуникација во група Прирачник за работа со деца и млади Да го отвориме кругот
	38.	Формирање правила превземено од „ Програм превентивних радионица за ученике основних школа, октомври 2010 година, уредено од Ненад Милетин
IV	39.	Добрите страни и опасностите при користење на интернетот и мобилните телефони Превземено од Прекини ланац/Приручник програма превенције електроничког злостављања
	40.	Правата на децата
	41.	Учениците во насилни ситуации може погоре Според програм превентивних радионица за ученике основних школа, октомври 2010
V	42.	Насилство - поим и видови Според програм превентивних радионица за ученике основних школа, октомври 2010
	43.	Вештини на комуникација и слушање Прирачник за работа со деца и млади „Да го отвориме кругот,,

	44.	Лебдеење во балон; Според Да го отвориме кругот
VI	45.	Реагирање на насилство/ Според програм превентивних радионица за ученике основних школа, октомври 2010
	46.	Сигурно користење интернет Превземено и прилагодено од Збирка радионица „Покрени промјену,,
	47.	Моите негативни чувства Според „Да го отвориме кругот,,
VII	48.	Што е твојот тригер/иницијална каписла? (Што може да те провоцира!,,) Според Збирка радионица „Покрени промјену,,
	49.	Ненасилно решавање на конфликти
	50.	Надминување и контрола на агресивноста
VIII	51.	Не за насилство, да за толеранција
	52.	Насилно однесување
	53.	Промената нека започне од мене
IX	54.	А што сега? или Стили на решавање конфликти Збирка радионица „Покрени промјену,,
	55.	Ученик насилник Превземено и адаптирано од публикацијата „Насилје није мој избор,,
	56.	Тие озборуваат...а они се тепаат Според Приручник за рад са ученицима од 5-8 разред
сите	57.	Модел на среќно училиште Превземено и прилагодено од Збирка радионица „Покрени промјену,,
Родители	58.	Што се случуваше денес на училиште?

Референци/Литература

1. Zbirka radionica „Pokreni promjenu, Zagreb,2017 godina Автори: Munivrana A., Moric D., Pijaca Plavsic E., Bajkusa M., Rastovic M., Kozic V.Izdava; Forum za slobodu odgoja,
2. Програм превентивних радионица за ученике основних школа, Школа без насиља, октобар 2010 година, Уредено од Малетин Н. И Соработници: Тркуља М, Коруга Д.,Лајовић Б., Пајовић Б., Трикић З., Шијаковић Т., Јосимов Б.,Грујић С., Пејовић М., Јовић Д., Зацери Д., Вучковић С.
3. Програм радионица за рад у одељењу , септембар 2009, Аутори: Зацери Д., Јовановић, Малетин Н.
4. Публикација „Насиље није мој избор Сарајево,2015 година Публикација приредила Сања Владисављевић
5. Прирачник за работа со деца и млади Да го отвориме кругот автори Ралева М., Бошковска М. Издавач Фондација за образовни и културни иницијативи Чекор по чекор, 2004

