

Искрено извињење

Ова лекција помаже ученицима да науче конкретне кораке за искрено извињење. Лекција им даје прилику да одиграју кораке у различитим ситуацијама и припрема их за лекцију бр. 4 која говори о опраштању.

БрижанПод-концепт(и)

Саосећање, љубазност

Временски оквир лекције

45 минута

Потребни материјали

- ☐ Прочитајте о истраживању Роба Левицког о извињењу <https://news.osu.edu/news/2016/04/12/ефективе-апологи/>
- ☐ Здравље деце: <http://kidshealix.org/en/kids/sorry.html>

Мапа стандарда

Ова лекција је у складу са ЦАСЕЛ компетенцијама, националним стандардима здравственог образовања и заједничким основним државним стандардима. Молимо погледајте на [Мапа стандарда](#) за више информација.



**ДЕСИГНЕД БИ ЦАСЕЛ
КАО ПРЕПОРУЧЕНИ ПРОГРАМ
ЗА СОЦИЈАЛНО И ЕМОЦИОНАЛНО УЧЕЊЕ.**
Погледајте последњу страницу за детаље.

Окидач упозорење: Разговор о емоцијама и ситуацијама у којима се јављају јаке емоције може довести до тога да ученици открију личне информације које би могле захтевати праћење од стране вас или школског саветника. Ако ученик открије било какву забрињавајућу информацију или реакцију, молимо вас да упознате свој школски протокол за пружање подршке и ресурса. Пре часа, сазнајте школску политику о пријављивању забринутости у вези са менталним здрављем ученика школском саветнику или администратору.

Циљ лекције

Ученици ће:

- Идентификујте начине да дате искрено извињење.
- Повежите важност и утицај извињења са бригом и поштовањем.

Веза са наставником/негу самога себе

Чин саосећања према другима често изгледа лак за одрасле када гледамо дирљив документарца или вести. Међутим, борба да покажемо саосећање унутар наше заједнице понекад је мало тежа. Постајемо имуни на бескућника са знаком или самохрану мајку која се мучи са пакетима. Ове недеље концентрисано погледајте своју заједницу, своју школу, па чак и своју учионицу. Које је можда потребна помоћ коју сте можда превидели у прошлости? Позивање вашег саосећања према вашем непосредном окружењу може заиста повећати повезаност са вашим ученицима, вашим вршњацима и вашом заједницом у целини. Када смо повезани, присутни смо, па погледајте околу. Ко је пропао кроз пукотине? Како вам саосећање може помоћи да останете повезани са својом школом?

Савети за различите ученике

- Дајте ученицима копију четири корака да се извините за референцу.
- Нека ученици буду партнери са неким ко може да објасни сценарио.
- Нека ученици одговоре или пишу у своје дневнике о сценаријима који ће ојачати учење.



Објави

3-5 минута

Добро! У нашој последњој лекцији разговарали смо о начинима комуникације са другима. Која су била три начина на која смо могли да комуницирамо?

Позовите ученике на одговор: пасиван, агресиван и асертиван.

Којим начином комуникације најбоље можемо показати поштовање и бригу за друге? Одговор: Асертиван

Како другачије комуницирамо?

Невербална комуникација; позвати ученике да дају примере.



Инспири

5-7 минута

Данас ћемо говорити о још једном важном делу комуникације: уметности извињења!

Сви греше – одрасли, деца, вође – сви. Понекад нам је одмах жао због наших поступака или речи, понекад је потребно неко време, а понекад никада не стигнемо. Али када схватимо да смо урадили нешто погрешно, важно је да се искупимо са особом којој смо погрешили.

Данас ћемо научити неке кораке до искреног извињења. Подигните руку ако вам је икада неко дао неискрено извињење? Неко ко је управо рекао "Извини!" али сте знали да то нису мислили? Какав је то осећај? Позовите ученике да одговоре.

Понекад је тешко извинити се! Зашто мислите да је тешко некоме рећи „жао ми је“? Позовите ученике да одговоре.

Ако се извињење дође прерано, понекад особа која се извињава још није спремна да се извини. Извињења треба да буду искрена и од срца.

Напишите „4 корака до извињења“ на табли:

1. Схватите да сте урадили нешто погрешно.
2. Искрено се извињавам.
3. Објасни.
4. Направите будуће планове.

Постоје четири корака до извињења. Први корак почиње са вама.

1. Схватите да морате да се извините. Ово може потрајати мало. Ако нисте спремни и неко вам каже да се извините, у реду је да кажете нешто попут: „Још сам стварно љут и још нисам спреман да се извиним. Можемо ли да разговарамо о овоме када се смирим?“
2. Признајте да сте погрешили и искрено се извините. Реците конкретно шта сте погрешили. Будите искрени колико можете.

3. *Објасните зашто сте се тако понашали. Ако сте погрешили, објасните зашто. Сви праве грешке. Можда сте били љути, имали лош дан због нечега што се догодило код куће, или сте заиста уморни; само нека неко зна шта се догодило.*
4. *Направите планове да то исправите. Ово може бити уопштено као: „Покушаћу да то више не радим“ или специфично као „Дозволите ми да вам се искупим тако што ћу вам набавити нови регистратор попут оног на који сам просуо воду“.*



Оснажити

10-15 минута

Извињење Улоге

Позовите ученике да изађу испред разреда и одглуме извињење користећи четири корака. Користите неке од доле наведених сценарија или смислите оне који су специфичнији за ваше ученике. Не морате да одглумите неслагање, само извињење.

Сценарио 1

Двоје ученика се свађају који је спортски тим бољи. Једна особа каже да је друга глупа јер мисли да је њихов тим бољи.

Сценарио 2

Наставник се љути на ученика јер немају обављен посао који је требало да буде тог дана. Ученик није могао да обави посао јер се неко у његовој породици разболео. *(Ово је добро за интеракцију са наставницима; важно је да ученици виде да се и наставник извињава.)*

Сценарио 3

Два ученика пролазе један поред другог и један случајно закуца у другог.

Сценарио 4

Два блиска пријатеља разговарају о нечему веома личном. Први пријатељ тражи од другог да никоме ништа не говори. Други пријатељ неком другом каже шта је пријатељ рекао.

Дискусија

- *Да ли је било ситуација у којима су обе особе морале да се извине?*
- *У неким ситуацијама је то било случајно, али у другим ситуацијама намерно. Како би извињења могла звучати исто или другачије?*
- *Ако се некоме извините, а он не прихвати ваше извињење одмах, да ли је то у реду или није? Зашто можда не прихвати ваше извињење одмах? (Ово је добро питање за прелазак на следећу лекцију о опраштању).*



Одрозити

5-7 минута

Да бисте проценили разумевање материјала, изаберите питање за евалуацију или за размишљање као упутства за дискусију, писање или часопис. Размислите о давању додатног времена за дубљу евалуацију и размишљање по потреби.

Евалуатион Куестионс

- Шта је извињење?
- Који су кораци за извињење?
- Како извињење показује поштовање?

Питања за размишљање

- Да ли је увек важно да се извините ако урадите нешто погрешно? Зашто или зашто не?
- Како се осећате када од некога добијете искрено извињење? Како се осећате када дате један?
- Да ли је у реду да тражите од некога да вам се извини? Зашто или зашто не?

Извињење је чин љубазности према себи и другима. Када се искрено извинимо, користећи четири корака извињења, поправљамо свој однос са неким и то чини наше будуће везе јачима! Особа можда неће одмах прихватити ваше извињење јер јој је потребно неко време да бол нестане. То је у реду. Важно је да сте се извинили и да знају да вам је жао.



Идеје за проширење

- Одштампајте и доделите активност кућног проширења у наставку.



ДЕСИГНЕД БИ ЦАСЕЛ
КАО ПРЕПОРУЧЕНИ
ПРОГРАМ ЗА
СОЦИЈАЛНО И
ЕМОЦИОНАЛНО УЧЕЊЕ.

Сарадња за академско, социјално и емоционално учење (ЦАСЕЛ) прегледа СЕЛ програме засноване на доказима од 2003. Кинднесс ин тхе Цлассруом® испуњава ЦАСЕЛ-ов СЕЛЕкт програм и укључен је у ЦАСЕЛ Водич за ефикасне програме социјалног и емоционалног учења.

Љубазност у учионици® је испунила или премашила све критеријуме ЦАСЕЛ-а за висококвалитетно СЕЛ програмирање. Кинднесс ин тхе Цлассруом® је добио највишу ознаку ЦАСЕЛ-а за висококвалитетно СЕЛ програмирање.

[хттпс://цасел.орг/гуиде/кинднесс-ин-тхе-цлассруом/](https://casel.org/guide/kinness-in-the-classroom/)

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

Хоме Ектенсион Активити

Име _____

Вратите се _____

У оквиру програма Случајна дела љубазности, на часу смо разговарали о томе шта значи комуницирати на позитиван, асертиван начин и како показати опрост.

Упутства: Питајте свог ученика о разлици између агресивне, пасивне и асертивне комуникације. Затим разговарајте о следећим питањима и напишите (или нека ваш ученик напише) одговоре испод или на полеђини и вратите се у школу до приказаног датума:

Како можемо комуницирати на позитиван начин?

Како можемо да праштамо једни према другима?

Које кораке можемо предузети да бисмо комуницирали на позитивнији начин?

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

