

Опознавам себе си

Иновативни уроци - тренинги за придобиване на умения за себеопознаване се проведоха с учениците от шестите класове в СУ „Димитър Талев“.

След забавлението от енергизиращата игра "Ходеща верига", участниците в тренингите се включиха в упражнението "История на името". Те разказаха, какво знаят за своето име - как е избрано от родителите, какво означава, на кого са кръстени, имат ли галени имена. Учениците получиха от преподавателя подарък "Визитки", които попълниха, отговаряйки на въпросите "Кой съм аз?", "Какво мога?", "Какво харесвам?" и описвайки своите качества, умения и интереси.

В края на дейностите всеки участник сподели пред групата „**Какво научих за себе си и другите от тези упражнения?**“. Шестокласниците се обединиха около идеята, че всеки човек е уникална личност. Потребността на всеки индивид да запази и развие своето Аз е една от най-силните мотивации на човешкото поведение. Ето защо, всякакъв опит да се подцени, омаловажи или промени идентификацията на другия човек, води до защитна реакция и дълбоко наранява чувствата.







