



Co-funded by
the European Union

Курс за себеразвитие



ON MY FEET

SUPPORTING DISADVANTAGED CHILDREN TO
DISCOVER THEIR STRENGTHS AND THRIVE IN LIFE



On my feet

Обучителен план 3

Списък с материали 5

Модул 1 - Въведение 10

Модул 2 - Комуникация (ниво 1) 29

Модул 3 - Сътрудничество (ниво 1) 133

Модул 4 - Креативност (ниво 1) 140

Модул 5 - Критично мислене (ниво 1) 152

Модул 6 - Комуникация (ниво 2) 169

Модул 7 - Сътрудничество (ниво 2) 180

Модул 8 - Креативност (ниво 2) 194

Модул 9 - Критично мислене (ниво 2) 209

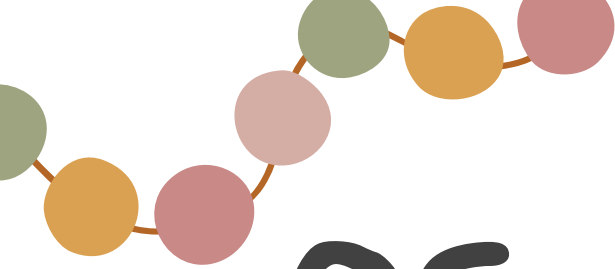
Модул 10 - Визия 226

Обобщение 237

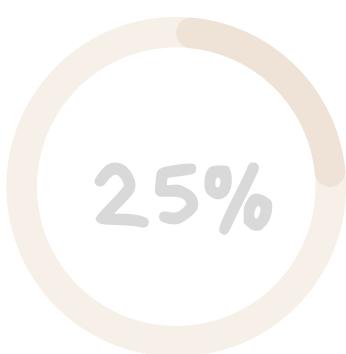
Пътешествие из дъждовната гора 240



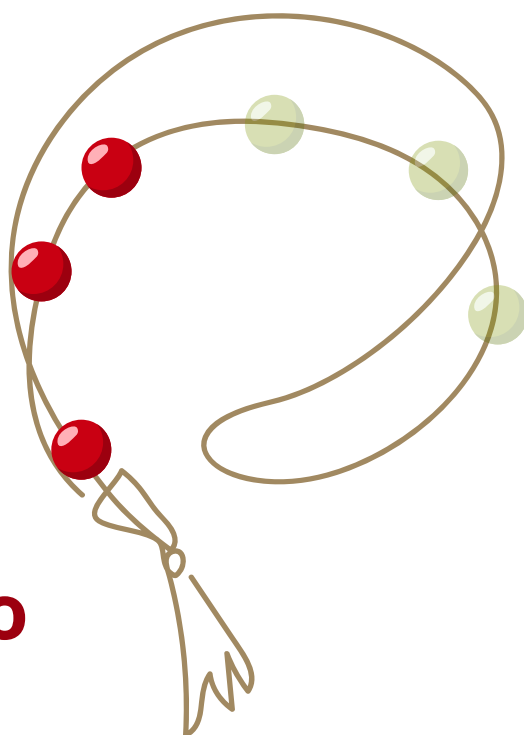
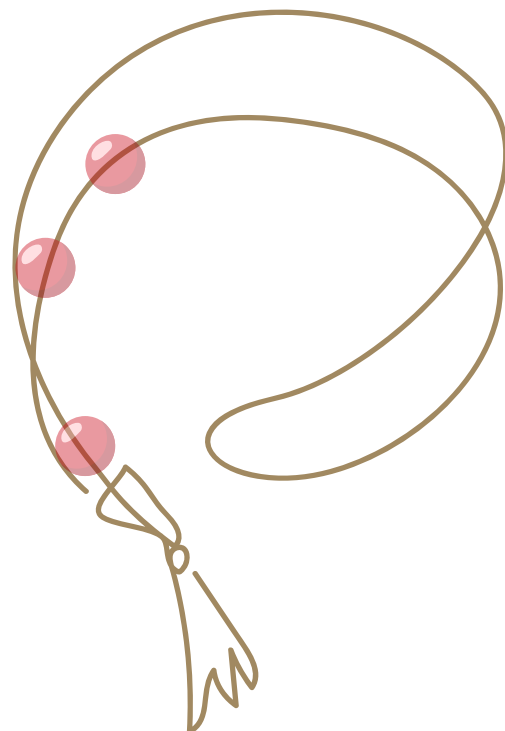
ОБУЧИТЕЛЕН ПЛАН



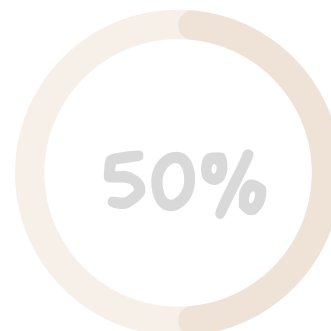
Обучителен план



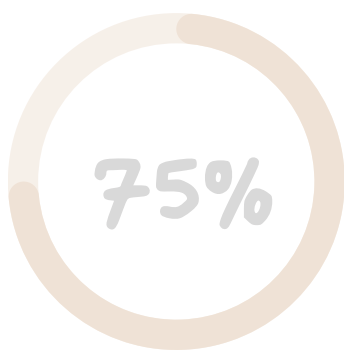
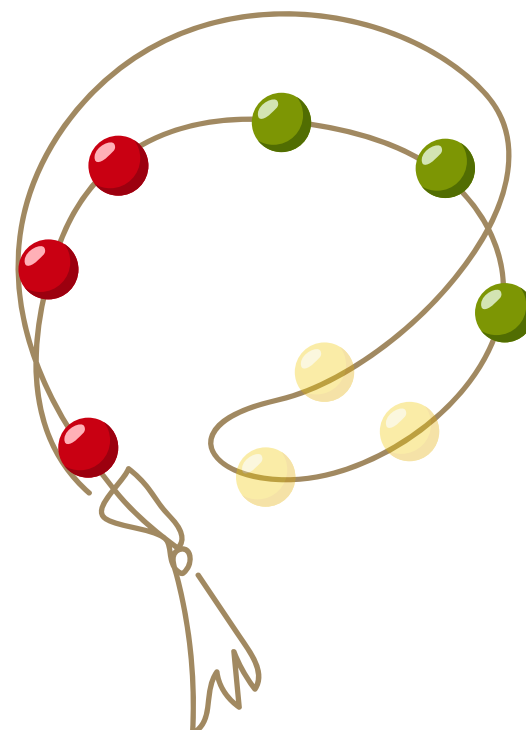
Комуникация



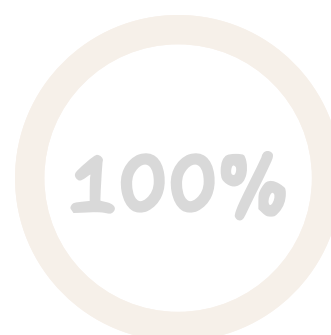
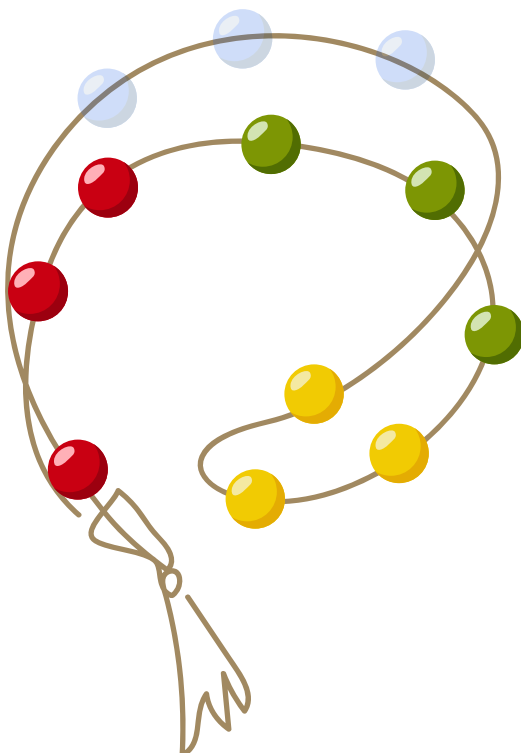
Сътрудничество



Креативност



Критично
мислене





СПИСЪК С МАТЕРИАЛИ



Списък с материали и консумативи

... които са необходими, за организация на дейностите в курса „On My Feet

Материал	Брой	Модул/и
Обучителен план - формат А3	1х за цялата група	Модули 1–5
Гривни – корда и мъниста	<u>Корда</u> за всеки участник <u>12 мъниста за всеки участник</u> (по възможност в 4 различни цвята)	Модули 1–5
Бяла хартия за писане и работа	По няколко листа за всеки участник	Модули 1–10
Твърди подложки за писане	За всеки участник	Модули 1–10
Химикалки, цветни моливи, флумастери, резервна хартия и други канцеларски материали	Общо за цялата група	Модули 1–10
Хартия за флипчарт		Модули 1–10
Цветни маркери за писане по флипчарта		Модули 1–10
Игра „Магически лабиринт“ - по възможност Друга настолна игра за трениране на работа в екип и сътрудничество	Общо за цялата група	Модул 3
Превръзки за очи	За всеки участник	Модул 3 – дейност „Тропическа буря“
Дървени пръчици/шишчета и тиксо	По един комплект за всяка група	Модул 3 – дейност „Тропическа буря“
Сешоар	1х	Модул 3 – дейност „Тропическа буря“
Канап/въженце	1х	Модул 4





Хартия с надпис "пасивно"	1х	Модул 4
Хартия с надпис "агресивно"	1х	Модул 4
Пътешествие в дъждовната гора	1х комплект принтиран на формат А4	Модули 6–10
Кубчета за истории - игра	1 игра за около 5 участници, т.е. 3-4 комплекта игри	Модул 10
Цветна хартия, стикери, списания, канап (всякакви материали, подходящи за колаж)	За всеки участник	Модул 10
Цветни лепящи листчета	Общо за цялата група	Модул 10

Материал за принтиране	Брой копия	Модул
Личностна типология – тест	За всеки участник	1
Типологична схема	За 4 групи (4 цвята)	1
Типология 4 цвята	За 4 групи (4 цвята) 1х за фасилитатора (или електронно)	1
Типология_Силни страни на всеки тип личност	1х за фасилитатора (или електронно)	1
Типологични карти	Един комплект изрязани карти	1
Карти за игра – Вербална комуникация	1х за цялата група	2
Карти за игра – Невербална комуникация	1х за цялата група	2
Карти за игра – Писмена комуникация	1х за цялата група	2
Работен лист „Твоето CV“	1х за всеки участник	2
Как да съставиш добро CV? (помощен материал)	1х за всеки участник	2





Десетте правила за добро сътрудничество	1x за фасилитатора (или електронно)	3
Примери за типове поведение	1x за фасилитатора (или електронно)	4
Асертивност_примерни ситуации	1x за цялата група + изрязване	4
Асертивност – Аз твърдения	1x за цялата група + изрязване на картите	4
Асертивност: Аз твърдения – Примерни решения	1x за фасилитатора (или електронно)	4
Критично мислене_Работен лист	1x за всеки участник	5
Игра – Черни истории	1x за всяка група участници	5
Черни истории - отговори	1x за всяка група участници	5
Теми за обсъждане	1x за всяка група участници	5
Карта за оценка	1x за всяка група участници 1x за фасилитатора	5
Габващо представяне – Работен лист	1x за всеки участник	6
Теми за самостоятелно представяне	1x за всеки участник (или прожектирани на екрана/дъската)	6
Ролева игра	За всяка група (4 цвята) и за фасилитатора	7
Работен лист "Стратегии за справяне с конфликти"	За всяка двойка участници	7
Примери за ситуации	1x за фасилитатора (или електронно)	7





Карти с емоции	1x комплект за цялата група + изрязване на картите	8
Ситуационни карти	1x комплект за цялата група + изрязване на картите	8
Племенни емоции - реакции на ситуации	1x комплект за цялата група + изрязване на картите	8
Метод на 5-те защо	1x За всеки участник	8
Метод на 5-те защо – Работен лист	1x за всяка група ученици	8
Мозъчна замявка_задачи	1x За всяка двойка/трио участници и фасилитатора	9
Мозъчна замявка_отговори	1x за фасилитатора (или електронно)	9
Критично мислене Работен лист от 5	1x за фасилитатора (или електронно)	9
Критично мислене Работен лист II	1x за всеки участник	9
Десетте заповеди на критичното мислене (пример)	1x за фасилитатора (или електронно)	9
ИКИГАЙ	1x завързано с панделка	9
ИКИГАЙ	За всеки участник	10

Техническо оборудване
Колона
Компютър
Мултимедия проектор
Мобилен телефон (таймер, хронометър)





МОДУЛ 1

ВЪВЕДЕНИЕ



Модул 1: Въведение

Дейност	Мин.	Описание	Материали
Въведение	10	Приветствайте участниците и представете на програмата и съдържанието на курса. Въведете участниците в историята: <i>„Сега се премества в дълбоките гори на Южна Америка. Една от моите много близки приятелки, Бара, изучава етнология и наскоро отиде в Амазония като част от докторантурата си. Миналата седмица получих съобщение от нея. По време на посещение при едно от местните племена те срещнали момиче, което преди няколко седмици било намерено ранено и изоставено наскоро тропическата гора. Приели са я, лекували са я и биха искали да я върнат на семейството ѝ, но не знаят откъде е дошла. Момичето говори език, който никой не разбира, и има нетипични характеристики, които я различават от всяка една от местните култури, които са изследвани досега. Така че изглежда, че те са по следите на неоткрито досега местно племе.</i> <i>Бара и още няколко съученици започват да подготвят експедиция, за да открият племето и да върнат момичето у дома. Тъй като не разполагат с достатъчно хора, те търсят още няколко души, които да попълнят екипа им. Тя ми изпрати учебителен план и който успешно премине през него, може да стане част от експедицията!“</i> Представете плана за обучение: „Постепенно, докато преминаваме през модулите и се подготвяме за експедиционната мисия в тропическите гори на Амазонка, ще получаваме по едно мънисто за изпълнените задачи и ще създадем вашата експедиционна гривна, която ще бъде вашият билет за мисията.	За разпечатване: Обучителен план - 1х формат А3 Гривна за всеки участник: Верижка/корда - за всеки участник Мъниста - 12 за всеки участник ((по възможност 4 различни цвята)





		Същевременно тук, върху плана за обучение, ще отбелязваме как напредваме и колко мъниста все още ни липсват.“ <i>Мисля, че това може да бъде добро предизвикателство за нашата група. Ще участваме ли?</i>	
Игриви портрети	25	„Преди да започнем обучението, нека се опознаем малко.“ Раздайте на всеки участник един празен лист хартия + подложки за писане, за да се улесни писането върху хартията. Те трябва да напишат името си в горната част на листа. Пуснете енергична музика. Докато музиката звучи, участниците се разхождат, смесват се помежду си, а когато музиката спре, образуват двойки с този, който е най-близо до тях. Разменят си листовите и започват да рисуват портрета на партньора си. В този кръг те рисуват само формата на главата и косата. Връщат си портретите един на друг, така че всеки човек си тръгва със своя лист хартия. Музиката отново започва да звучи, участниците отново се смесват, разхождат се, танцуват :) Когато музиката спре, те отново образуват двойки с някой, с когото не са били преди. Отново разменят своите листове и рисуват. Този път прочетете. Музиката отново свири, след което те си намират нов партньор и рисуват нос. В следващия кръг рисуват уста и довършват всичко друго, което липсва на портрета. След като портретите са готови, участниците образуват кръг, показват си портретите един на друг и на свой ред всеки се представя накратко на групата (+споделя какво би искал да си вземе от обучението). След това портретите могат да бъдат изложени в стаята.	Устройства за възпроизвеждане на музика Бяла хартия и подложки за писане за всеки участник Канцеларски принадлежности – моливи, химикалки.
<u>Видео:</u> <u>Типология на личността</u>	10	„Експедицията в Амазония ще бъде предизвикателство, не знаем какво да очакваме там. Трябва да сме в състояние да реагираме възможно най-добре на всяка ситуация. Ето защо сега ще се запознаем с типологията на личността, която ни помага да разберем себе си и другите по-отблизо.“	Аудио-визуална техника за възпроизвеждане на <u>ВИДЕО: Типология на цветовете</u>





		Пуснете видеото <u>Типология на цветовете</u> .	
Личностна типология - тест	10	Всеки участник ще получи разпечатан документ Личностна типология. Те разполагат с около 5 минути, за да прочетат таблицата и да оградят твърденията, които са най-близки до тях. Във всеки ред могат да изберат само едно твърдение. Оценка - всеки събира колко твърдения има във всяка колона. Колонката с най-голям брой твърдения отговаря на неговия/нейния цветови тип. Колона 1 - синьо Колона 2 - зелено Колона 3 - жълто Колона 4 - червено	Канцеларски материали За разпечатване: Типологичен тест - за всеки участник
Предимства на всеки личностен тип	30	Разделете участниците на групи според цветовете им и ги помолете да размишляват върху силните страни на своя тип личност. Раздайте им разпечатан документ с типологична схема и информация за техния цветови тип от документа „Личностна типология - 4 цвята“. Те записват предпочитанията си за всеки тип на хартия за флипчарт. Ако е възможно, напишете всеки тип с маркер, съответстващ на цвета на техния тип. Подготовката им отнема около 10 минути. След това следва споделяне, по време на което можете да редактирате/допълните знанията им - вижте документа - Типология_Силни страни на всеки тип личност. Ако някой от цветовете не е представен в групата, трябва да го представите на участниците(вж. документите Типология_Силни страни на типовете и Личностна типология - 4 цвята).	4 листа хартия за флипчарт Цветни маркери за флипчарт За разпечатване: - Типологична схема - за 4 групи (4 цвята) - Типология 4 цвята - за 4 групи участници - Типология: Силни страни на всеки тип личност - 1x за фасилитатора (или на разположение за консултация в електронен вид) - Типология 4 цвята - 1x за фасилитатора (или на разположение за





			консултация в електронен вид)
Почивка	15	Почивка	
Цветни личности	30	Разделете групата на два отбора. Отборите се редуват кой от тях да изпрати представител. Изпратеният представител тегли карта (вж. документа Типологични карти). Той се опитва да опише (или да пантомимира +1 точка) какъв герой е (+1 точка) и цвета на личностната му типология (+1 точка), който описва какъв тип личност е. Всеки играч разполага с 2 минути, за да демонстрира/обясни. Отборът, който познае, печели точки. Дали играчът ще описва или демонстрира, зависи от него. Играта продължава, докато всички играчи не вземат своето участие в демонстрацията/обяснението. Ако участниците се наслаждават на играта и имате достатъчно време, можете да направите два кръга. Максималният брой точки, спечелени в един кръг, е 4. Персонажът е отгатнат, както е описан +1 точка Героят е отгатнат чрез пантомима +2 точки Цветният тип е отгатнат според описанието +1 точка Видът на цвета е отгатнат чрез пантомима +2 точки Забележка: Всеки отбор има само 1 опит да познае типа цвят. Ако предположат цвета и той не е верен, те вече не могат да дават предположения.	Флипчарт / дъска Мобилен телефон за проследяване на времето. За разпечатване: - Типологични карти - 1x и изрежете
Размисъл	15	Проведете дискусия с групата, за да им помогнете да затвърдят новите знания и да ги приложат на практика. Примери за въпроси, които можете да зададете: <i>Какво разбрахте за типологията на цветовете?</i> <i>Какво разбрахте за себе си?</i> <i>Какво разбрахте за другите?</i> <i>Как можете да използвате знанията от цветовата типология в практиката?</i> <i>Как познаването на цветовата типология може да ни</i>	





		помогне в комуникацията? Как можем да приложим познанията за цветовата типология за успешно сътрудничество? Каква цветова типология трябва да имаме предвид следващия път, когато се подготвяме за пътуване до Амазония или в самата Амазония?	
Човешки възел	15	„Сега научихме нещо за себе си и за другите, което ще ни бъде полезно, когато работим в екип. Защото по време на тренировките и особено по време на самото пътуване сътрудничеството на целия отбор ще бъде ключово, нека проверим как се справяме.“ Участниците образуват кръг и застават възможно най-близо един до друг. Помолете ги да затворят очи, да протегнат дясната си ръка и да се хванат за ръка с някого, който стои от другата страна на кръга. Когато го направят, помолете ги да протегнат лявата си ръка и да я свържат с някого отново. Важно е никой да не държи ръката на съседа си. Без да развързват ръцете си, групата се помолва да се разплете (с отворени очи). Дейността приключва, когато участниците застанат в разплетен кръг или стане ясно, че кръгът не може да бъде разплетен.	
Размисъл	10	Задайте въпроси на групата, за да им помогнете да обмислят какво се е случило по време на играта и какво могат да извлекат от нея за груповото сътрудничество. Примери за въпроси, които можете да зададете: Как беше дейността за вас? Как се чувствате, когато не сте успели да развържете възела? Какво се получи? В кои моменти и благодарение на какво успяхте да разплетете възела? Какво беше предизвикателство? Какво не се получи? Как протече комуникацията? В какво се провалихте/успяхте по отношение на комуникацията? Кое беше важно, за да успеете? Каква беше ролята на всеки един от вас за успешното изпълнение на задачата?	





		<i>Какво е важно за успешното сътрудничество? Какво трябва да запомним, за да работим добре заедно и да успяваме като екип в бъдещи дейности?</i>	
Заклучение	10	Обсъдете заедно с групата какво сте постигнали днес (ръкопляскане! :)) и им кажете какво да очакват по-нататък. Всеки от участниците трябва да изрази с по една дума какво мисли за дейностите.	





Личностна типология – тест

Екипна работа	Аз съм по-скоро индивидуалист.	Аз съм отборен играч	Аз съм отборен играч, но трябва да се усъвършенствам.	Аз съм индивидуалист, но за да постигнем целта ставам отборен играч.
Лидерство	Вода с твърда ръка, но не се чувствам удобно в тази позиция.	Не ми харесва да бъда лидер. Предпочитам да оставя това на някой друг.	В началото на забавлението - да, иначе почти никой не ме взема на сериозно.	Аз съм роден лидер.
Ориентация към целите	Целта е първостепенна.	Хората са на първо място.	Целта ми е да развличам хората.	Всичко трябва да е ориентирано към целта.
Отношения с хората	Имам много малко приятели, аз съм по-скоро индивидуалист.	Имам много приятели, най-вече благодарение на това, че слушам	Имам много приятели, най-вече нови.	Имам малко приятели, подбирам ги внимателно.
Начин на изразяване	Изразявам се с цифри, факти, графики.	Изразявам се чрез цифри и емоции.	Изразявам се чрез изображения и истории.	Изразявам се чрез комбинация от логика и история.
Аксесоари	По-скоро съм консервативен, не ме интересуват модните тенденции.	Грижата за дрехите не е от значение за мен.	Следя модата, харесвам екстравагантността.	Имиджът е важен, харесвам дизайнерски дрехи.
Забавления	Забавленията отвличат вниманието от работата.	Тихият разговор е подходящ.	Това е, обичам да се забавлявам.	Обичам да се развличам, още по-добре в комбинация със състезание.
Конкурентоспособност	Обичам да се състезавам, но само в главата си.	Състезавам се, когато не е нещо важно.	Искам да бъда най-добрият.	Животът е предизвикателство.
Ключови думи	Система, прецизност, съвършенство, числа, факти.	Хармония, мир, помощ, приятели, екип, чувства.	Действие, забавление, енергия, слънце, веселие.	Успех, предизвикателство, ефективност, скорост, бъдеще, решителност.





Типологична схема



Co-funded by
the European Union

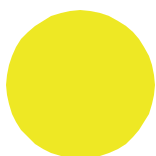


Типология 4 цвята



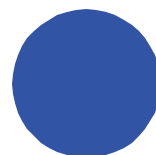
Червено (ръководител)

- има ясни цели и виждания
- има нужда от предизвикателства
- обича усещането за власт или контрол
- разбира системите и знае как да ги използва
- комуникира много добре
- обича да следва модните тенденции
- най-често на ръководни позиции



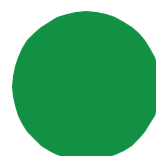
Жълт (социализатор)

- екстровеит
- обича да бъде в центъра на вниманието
- нуждае се от признание от околните
- оптимист
- често се води от интуицията си
- роден артист, творец, бизнесмен
- добър презентатор



Син (мислител)

- практичен
- ориентиран към детайлите
- обича диаграми, числа, таблици, факти
- повече интровертен
- предпочита тихо събиране на няколко приятели, а не голяма компания
- обича системата, традицията
- отличен счетоводител, адвокат, учен, програмист



Зелен (покровител)

- трябва да знае фактите, но взема решения въз основа на емоции
- фокусиран е главно върху настоящето
- понякога мисли повече за другите, отколкото за себе си
- довършва нещата
- отличен слушател
- най-често учител, държавен служител, психотерапевт или работещ в сферата на помагашите професии



Co-funded by
the European Union



Типология на цветовете - Силни страни на всеки тип личност

Червен личностен тип

- Самоувереност - Обикновено е самоуверен и напорист.
- Решителност - Може да взема бързи решения.
- Лидерство - Естествен лидер, който поема инициативата.
- Конкурентоспособност - Опитва се да бъде най-добрият.
- Смелост - Готовност за поемане на рискове.
- Директност - Общуват ясно и директно.
- Запалителност - Висока мотивация за постигане на целите.
- Енергия - Много динамични и енергични.
- Решаване на проблеми - Отлична способност за ефективно решаване на проблеми.
- Страст - Интензивно и страстно се интересуват от своите интереси.
- Устойчивост - Способност да се възстановяват след неуспехи.
- Практичност - Фокус върху конкретни резултати.
- Смелост - Смело посрещане на предизвикателствата.
- Амбиция - Високи стремежи и цели.
- Независимост - Предпочитат да разчитат на себе си.

Син личностен тип

- Емпатия - Изключително съпричастен и грижовен.
- Комуникация - Отлични умения за устна и писмена комуникация.
- Лоялност - Дълбоко лоялен към приятели, семейство и каузи.
- Подкрепа - Умее да подкрепя и да се грижи за другите.
- Интроспекция - Разсъждаващ и внимателен.
- Надеждност - Надежден и заслужаващ доверие.
- Емоционална интелигентност - Силно разбиране на емоциите.
- Търпение - Може да чака спокойно резултати.
- Убедителност - Може да влияе на другите по деликатен начин.
- Дипломатичност - Добър посредник в конфликти.
- Творчество - Има въображение и е артистичен.
- Чувствителност - Много чувствителен към чувствата на другите.
- Работа в екип - Сътрудничи много добре.
- Морал - Силно чувство за етика и справедливост.
- Умения за слушане – Изключителни слушатели.





Зелен личностен тип

- Аналитични умения - силна способност за анализиране и решаване на сложни проблеми.
- Прецизност - внимание към детайлите и точност.
- Логика - Висока логичност и систематичност.
- Спокойствие - Запазват спокойствие под напрежение.
- Любознателност - Винаги любопитен и нетърпелив да учи.
- Иновативност - Иновативно и творческо мислене.
- Обективност - Запазва обективност при вземането на решения.
- Ефективност - Търси най-ефективното решение.
- Стратегическо планиране - Добър специалист по дългосрочно планиране и стратегия.
- Търсене на знания - Постоянно се опитва да разширява знанията си..
- Независимост - Ценят независимостта в мисленето и действията си.
- Методичен подход - Подхожда към задачите по подреден начин.
- Технически умения - Често владеят технологиите и системите.
- Фокус - Способност за интензивна концентрация
- Рационалност - Решенията се вземат въз основа на разума.

Жълт личностен тип

- Оптимизъм - Като цяло позитивен и изпълнен с надежда.
- Общителност - Дружелюбен и общителен.
- Ентузиазъм - Ентузиазирани по отношение на дейностите и живота.
- Гъвкавост - Адаптивност към променящите се ситуации.
- Креативност - Творчески и често иновативен.
- Вдъхновение - Вдъхновява другите.
- Хумор - Отлично чувство за хумор и забавление.
- Откритост - Откритост към нови идеи и преживявания.
- Енергичност - Висока енергия и жизненост.
- Убеждаване - Способност да убеждават другите с чар.
- Непринуденост - Непринуденост и спокойствие.
- Приключение - Обича да опитва нови неща.
- Експресивност - Открито изразява чувствата си.
- Спонтанност - Спонтанен и импулсивен.
- Харизма - Харизматичен и ангажиращ



**Джеймс
Бонд**
червен



Шрек
червен



**Дарт
Вейдър**
червен



**Доналд
Тръмп**
червен



**Принцеса
Елза**
червен



Хари Потър
червен



**Джак
Спароу**
червен



**Хоумър
Симпсън**
червен



Рон Уизли
жълт



Iron Man

ЖЪЛТ



Барт Симпсън

ЖЪЛТ



Фийби Буфе

ЖЪЛТ



Принцеса

Ана

ЖЪЛТ



Спъндж Боб

ЖЪЛТ



Барби

ЖЪЛТ



**Пипи Дългото
Чорапче**

ЖЪЛТ



Тейлър Суифт

зелен



Фродо

зелен



Капитан Америка

зелен



Хагрид

зелен



Дъмбълдор

зелен



Хан Аспарух

зелен



Мардж Симпсън

зелен



Форест Гъмп

зелен



Хърмаяни Грейнджър

син



Шелдън Купър

син



Бионсе

син



Шерлок Холмс

СИН



Алберт Айнщайн

СИН



Бил Гейтс

СИН











МОДУЛ 2

КОМУНИКАЦИЯ

(НИВО 1)



Модул 2: Комуникация

Дейност	Мин.	Описание	Материали
История + цел на деня	5	"Започваме подготовка за евентуално участие в изследователска експедиция в Южна Америка. Там комуникацията ще играе жизненоважна роля - както ефективната комуникация между вас като екип, така и комуникацията с местните хора. Ето защо днес ще се съсредоточим върху тази тема." Цел на деня: участниците да се запознаят с принципите на вербалната и невербалната комуникация и да създадат базова автобиография.	За разпечатване: Обучителен план - 1x A3
Дейност за замяване: Тиха поща	10	"По време на експедицията невинаги ще можете да общувате на родния си език или на език, който знаете, но ще бъдете насочвани към жестове, символи и други начини на общуване. В същото време е важно да общувате възможно най-точно, в противен случай смисълът на вашето съобщение може да се изгуби. За да се подготвим за това, ще изиграем една кратка игра". Помолете групата да седне/застане в кръг. Измислете прост символ/рисунок и го нарисуйте на лист хартия, като внимавате никой да не го види. След това, използвайки пръсти, очертайте символа/рисунокът на гърба на човека отясно. Символът трябва да е свързан с експедицията или с темата на историята. Следващият човек повтаря това с пръст върху гърба на човека отясно. Последният човек рисува символа върху хартия и го сравнява с оригинала. Добре е да се изиграят два кръга.	Хартия Молив
Видео - Принципи на вербалната комуникация	10	Теория	ВИДЕО: Комуникация I.I





Игрови дейности - Вербална комуникация	40	Участниците ще упражнят принципите на вербалната комуникация с помощта на игра. Създайте отбори от 2-3 души. В играта има карти с предизвикателства, карта с червен „X“ за отбелязване на карти, които не носят точки, и карта със зелен „Z“ за отбелязване на карти, които носят точки за победа. Всеки отбор поставя тези 2 специални карти на масата пред себе си. Поставете останалите карти с лицето надолу и подгответе таймер. Начало на играта: един от членовете на стартовия отбор тегли 1 карта с дума или фраза, написана на нея. Неговата задача е да опише думата/фразата възможно най-точно, без да използва основната дума, в рамките на определеното време (30 секунди). Останалите от неговия отбор се опитват да отгатнат думата. Ако отборът не успее да отгатне в рамките на определеното време, другите отбори имат възможност да отгатнат. За вербална комуникация е позволена само реч, без жестове или посочване на предмети. Никакви други средства не са позволени в играта. Ако отборът познае думата, той получава броя точки, които са на картата. Ако отборът не успее да отгатне думата в рамките на определеното време или използва базова дума за отгатване, отборът не получава точки. След това играе следващият отбор. Отборът с най-много събрани точки печели.	Мобилен телефон за измерване на времето За разпечатване: - Карти за игра Вербална комуникация – <i>един комплект за цялата група</i>
Размисъл	5	След приключване на дейността покажете на групата как са се справили и обсъдете какво са научили в процеса. Изготвяне на въпроси за размисъл: <i>Как според вас протече играта?</i> <i>Кое е най-трудно за вас в общуването с партньора ви?</i> <i>Кога сте общували ефективно?</i> <i>Откъде знаете, че другите разбират (и възприемат) правилно това, което се опитвате</i>	Подготвени въпроси за размисъл





		да им кажете? От какво зависи яснотата на комуникацията? Случвало ли се е да общувате с другите и да не бъдете разбрани? От какво се нуждаете, за да общувате по-ефективно?	
Мъниста 	1	Чудесно, получавате първото си мънисто, на път сте да изпълните изискването на екипа на експедицията. Раздайте на всеки участник по едно мънисто, което да сложи на гривната си, и същевременно отбележете предварително очертаното мънисто в учебния план.	За разпечатване: Обучителен план - 1x A3 По едно мънисто за всеки участник
Почивка	5		
Видео - Принципи на невербалната комуникация	15	Теория + упражнения	ВИДЕО: Комуникация I.II
Игрови дейности - Невербална комуникация	30	Участниците ще упражнят принципите на невербалната комуникация с помощта на игра. Създайте отбори от 2-3 души. Поставете картите с лицето надолу и подгответе таймер. Начало на рунда: един от членовете на стартовия отбор тегли карта с 1 дума или фраза, написана на нея. Задачата му е да демонстрира думата възможно най-добре в рамките на определеното време (30 секунди), без да използва думи, звуци или да посочва предмети. Останалите в неговия отбор се опитват да отгатнат думата. В играта не са позволени никакви други инструменти. Ако отборът познае думата, той получава броя точки, които са на картата. Ако отборът не успее да отгатне думата в рамките на определеното време или използва незаконен метод за отгатване, отборът не получава точки. След това играе следващият	Мобилен телефон за измерване на времето За разпечатване: Кarti за игра невербална комуникация – един комплект за цялата група





		отбор. Отборът с най-много точки печели.	
Размисъл	5	След приключване на дейността покажете на групата как са се справили и обсъдете какво са научили в процеса. Изготвяне на въпроси за размисъл: <i>Каква информация се предава чрез тази форма на комуникация.</i> <i>Как установихте/поддържахте контакт помежду си?</i> <i>Как използвахте пространството около себе си?</i> <i>Какво помогна за концентрацията?</i> <i>Какво ви помогна да откриете посланието?</i> <i>Кои послания бяха по-красноречиви и по каква причина?</i> <i>Какво е добре да избягвате, когато представяте нещо по невербален начин?</i>	Подготвени въпроси за размисъл
Мъниста 	1	Чудесно, завършихте успешно още едно предизвикателство в модула за комуникация и получихте второто си мънисто! Раздайте на всеки участник по едно мънисто, което да сложи на гривната си, и същевременно отбележете предварително очертаното мънисто в учебния план.	За разпечатване: Обучителен план - 1x A3 По едно мънисто за всеки участник
Почивка	5		
Писмена комуникация - писане на автобиография	17	История: "За да кандидатствате за експедиция, трябва да можете да напишете добре автобиографията си и именно това ще опитаме да направим в този раздел." <i>Какво знаете за писането на автобиографии?</i> <i>Къде ви трябва автобиография?</i> <i>Писал ли е някой някога автобиография? (Ако да, по какъв повод?)</i> Всички прегледайте работния лист „Твоето CV“, прочетете и принципите за писане на подходяща автобиография, дадени в помощния материал Как	За разпечатване: - Работен лист „Твоето CV“ - за всеки участник и за фасилитатора - Помощен материал Как да съставиш добро CV? - за всеки участник





		да съставиш добро CV?. <i>Разбрахте ли всичко? Има ли нещо, което трябва да се обясни по-подробно?</i>	
Игрови дейности - Писмена комуникация	25	Използвайте игра, за да упражните принципите, които ще помогнат на участниците при създаването на автобиография и кандидатстването за работа. Създайте отбори от 2-3 души. В играта има карти със задачи, които трябва да поставите с лицето надолу и да подготвите таймер. Ще ви трябват също молив и няколко листа хартия за всеки отбор, за да изпълни предизвикателствата. Начало на играта: един от членовете на стартовия отбор тегли карта с написана върху нея задача. В рамките на определеното време (60 секунди) отборът трябва да се опита да изпълни задачата по възможно най-добрия начин. Останалите отбори оценяват как е изпълнена задачата. Те оценяват представянето, като дават оценка от 1 до 5. За целите на играта, на отборите е позволено да работят с работни листове по темата за писмената комуникация. След това играе следващият отбор. Печели отборът, който е събрал най-много точки.	Мобилен телефон за измерване на времето Молив Хартия За разпечатване: • Карти за игра – Писмена комуникация - за цялата група
Размисъл	5	След приключване на дейността покажете на групата как са се справили и обсъдете какво са научили в процеса. Изготвяне на въпроси за размисъл: <i>Какво ви помогна да изпълните задачите си? Какво беше трудно? Кога според вас писмената комуникация е най-добрият избор? В кои ситуации обикновено използвате писмена комуникация? На какво трябва да обърнете внимание, когато пишете автобиография?</i>	Подготвени въпроси за размисъл
Мъниста	1	<i>Първият ви модул "Комуникация" приключи.</i>	Отпечатване:





		<i>Справихте се много добре, така че получихте третото мънисто и по този начин успешно придобихте една от 4-те компетенции, необходими за експедицията в гората. Ура!</i> Раздайте на всеки участник по едно мънисто, което да сложи на гривната си, и същевременно отбележете предварително очертаното мънисто в учебния план.	Обучителен план - 1x A3 По едно мънисто за всеки участник
Обобщение и размисъл	5	Помолете участниците да застанат в кръг и им задайте въпроси за финален размисъл. Примерни въпроси: <i>Как ви се стори днешната програма?</i> <i>Какво беше полезно за вас днес?</i> <i>Какво си взимате от днешното обучение?</i> <i>Какво ще използвате на практика?</i> ...всеки да каже поне 1 нещо	Подготвени въпроси за размисъл









точка

ЮЖНА АМЕРИКА

ON MY FEET



точка

БИНОКЪЛ

ON MY FEET



1 точка

KAMEPA

ON MY FEET



1 точка

РАНИЦА

ON MY FEET



точка

ПЛАЖ

ON MY FEET



1 точка

ПРИСТАНИЩЕ

ON MY FEET



1 точка

ЛЕТИЩЕ

ON MY FEET



1 точка

ПЪТУВАНЕ

ON MY FEET



точка

ПРОГНОЗА ЗА ВРЕМЕТО

ON MY FEET



точка

ВУЛКАН

ON MY FEET



ТОЧКИ

ДЪЖДОВНА ГОРА

ON MY FEET



2 ТОЧКИ

ДЖУНГЛА

ON MY FEET



2

ТОЧКИ

ТЕРМОС

ON MY FEET



ТОЧКИ

СЪКРОВИЩЕ

ON MY FEET



ТОЧКИ

СЕЛО

ON MY FEET



ТОЧКИ

ГРАД

ON MY FEET



2

ТОЧКИ

ПЕЩЕРА

ON MY FEET



ТОЧКИ

ПЛАНИНА

ON MY FEET



ТОЧКИ

КЪМПИНГ

ON MY FEET



2

ТОЧКИ

КОНТИНЕНТ

ON MY FEET



3 ТОЧКИ

ПРИРОДЕН ПАРК

ON MY FEET



ТОЧКИ

ВОДОПАД

ON MY FEET



3 ТОЧКИ

ИСПАНСКИ ЕЗИК

ON MY FEET



3

ТОЧКИ

ПОРТУГАЛСКИ ЕЗИК

ON MY FEET



ТОЧКИ

КУЛТУРА

ON MY FEET



ТОЧКИ

ЭКСПЕДИЦИЯ

ON MY FEET



ТОЧКИ

ЗЕМЕДЕЛИЕ

ON MY FEET



ТОЧКИ

ИНДИАНЦИ

ON MY FEET



ТОЧКИ

ПЛЕМЕНА

ON MY FEET



ТОЧКИ

НАВИГАЦИЯ

ON MY FEET







1 точка

КАРТА

ON MY FEET



1 точка

САМОЛЕТ

ON MY FEET



1 точка

ФЕНЕРЧЕ

ON MY FEET



1 точка

РЕПЕЛЕНТ ЗА НАСЕКОМИ

ON MY FEET



1 точка

СЛЪНЧЕВИ ОЧИЛА

ON MY FEET



1 точка

КРОКОДИЛ

ON MY FEET



1 точка

МАЙМУНА

ON MY FEET



1 точка

ХРАНА

ON MY FEET



1 точка

ПАЛАТКА

ON MY FEET



1 точка

ВОДОЛАЗ

ON MY FEET



2 ТОЧКИ

КОМПАС

ON MY FEET



2

ТОЧКИ

ПАПАГАЛ

ON MY FEET



ТОЧКИ

КАКТУС

ON MY FEET



2 ТОЧКИ

КАФЕ

ON MY FEET



2

ТОЧКИ

ШОКОЛАД

ON MY FEET



2

ТОЧКИ

СПАЛЕН ЧУВАЛ

ON MY FEET



ТОЧКИ

КОМАР

ON MY FEET



ТОЧКИ

СЛЪНЦЕЗАЩИТЕН ЛОСИОН

ON MY FEET



ТОЧКИ

ПАЯК

ON MY FEET



2

ТОЧКИ

ОГЪН

ON MY FEET



ТОЧКИ

КОРАБ

ON MY FEET



ТОЧКИ

АНАКОНДА

ON MY FEET



3 ТОЧКИ

ПАЛМОВО ДЪРВО

ON MY FEET



ТОЧКИ

ТУРИСТ

ON MY FEET



ТОЧКИ

КОКОС

ON MY FEET



ТОЧКИ

РЕКА

ON MY FEET



3 ТОЧКИ

ГРЪМОТЕВИЧНА БУРЯ

ON MY FEET



ТОЧКИ

ХЕЛИКОПТЕР

ON MY FEET



3 ТОЧКИ

ДЖОБНО НОЖЧЕ

ON MY FEET



ТОЧКИ

ЛЕНИВЕЦ

ON MY FEET



КАК ДА СЪСТАВИШ ДОБРО СV?



ОСНОВНИ СЪВЕТИ

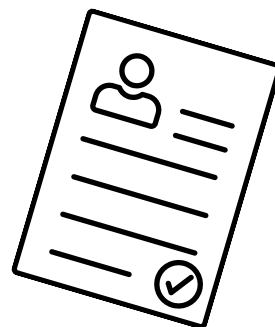
- Предоставяй само достоверна информация.
- Бъди кратък/ка и ясен/на - идеалната дължина на автобиографията е 1-2 страници.
- Информацията винаги се представя от най-новата към най-старата.
- Винаги посочвай опита, който ще ти помогне да получиш желаната работа.
- Може да използваш онлайн шаблони в интернет.
- Внимавай с правописните грешки!

КАКВО ТРЯБВА ДА ВКЛЮЧВА?

- **Лична информация и информация за контакт:**
 - име, фамилия, дата на раждане, местоживее
 - телефонен номер и имейл
- **Снимка:**
 - трябва да бъде представителна
 - ако не разполагаш с професионална снимка, по-добре е да не включваш такава
- **Професионален опит:**
 - предишен професионален опит и временна работа
 - опит, по-стар от 5-10 години, не се изисква, освен ако не е от значение за исканата работа
 - винаги се пише месеца и годината на началото и края на трудовото правоотношение
 - напиши името на работодателя, заглавието на длъжността и нейното кратко описание
- **Образование:**
 - не е необходимо да се вписва и началното училище, освен ако то не е последното придобито образование
 - важно е да се посочи името на училището, областта на обучение, получената степен и годината на завършване
- **Знания и специални умения:**
 - ниво на езикови умения, завършени курсове, шофьорска книжка, компютърни умения, професионални сертификати...
- **Интереси и хобита:**
 - само накратко и сбито

КАКВО НЕ ТРЯБВА ДА СЕ ВКЛЮЧВА?

- **Медицинска информация**, освен ако това не се изисква от работодателя или работната позиция
- **Семейно положение и брой деца**
- **Дълги изречения и изрази**
- **Граматически грешки**
- **Неверни данни**
- **Неподходяща снимка**

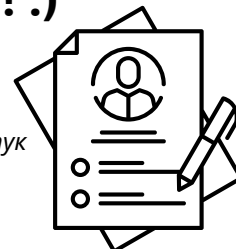




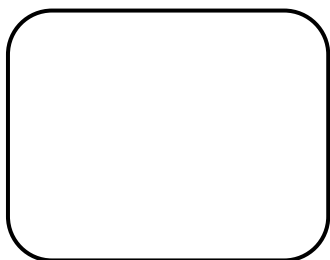
ТВОЕТО CV - ОПИТАЙ СЕ ДА ГО ПОПЪЛНИШ! :)

ЛИЧНА ИНФОРМАЦИЯ

Попълни данните си тук



Снимка



опитай да се нарисуваш! :)

Име:

Дата на раждане:

Адрес:

Телефон:

E-mail:

Имаш ли някакъв професионален опит? Например, работил/а ли си някога на непълно работно време? Ако да, напиши го тук.

ПРОФЕСИОНАЛЕН ОПИТ

Позиция:

Име на компанията/организацията:

Кратко описание:

От/до:

Запиши завършеното си образование тук. Може да напишеш и училището, в което учиш в момента.

ОБРАЗОВАНИЕ

Име на училището:

Специалност:

От/до:

Име на училището:

Специалност:

От/до:

ЗНАНИЯ И УМЕНИЯ

Какви знания и умения имаш? Например, владееш ли чужд език, работиш ли с някаква специална програма или си завършил/а някакъв курс? Напиши го тук.

ХОБИТА И ИНТЕРЕСИ

Опиши накратко интересите и хобитата си.



ОБРАЗОВАНИЕ

НАПРАВЕТЕ ПРЕГЛЕД НА ДОСЕГАШНОТО СИ
ОБРАЗОВАНИЕ - НАПИШЕТЕ ОСНОВНИТЕ
МОМЕНТИ И ПОСТИЖЕНИЯТА СИ



ХОБИТА

**НАПИШЕТЕ ХОБИТАТА СИ, КОИТО БИХА МОГЛИ
ДА ВИ ПОМОГНАТ В ТЪРСЕНЕТО НА РАБОТА**



УМЕНИЯ

**ОПИШЕТЕ УМЕНИЯТА СИ, КОИТО СА
ПОДХОДЯЩИ ЗА ВАШАТА АВТОБИОГРАФИЯ**



ЛИЧНА ИНФОРМАЦИЯ

НАПИШЕТЕ ЛИЧНА ИНФОРМАЦИЯ, КОЯТО Е
ОТ ЗНАЧЕНИЕ ЗА АВТОБИОГРАФИЯТА ВИ



ПРЕДИШЕН ОПИТ

ОПИШЕТЕ ПРЕДИШНИЯ СИ ОПИТ, КОЙТО Е ОТ
ЗНАЧЕНИЕ ЗА АВТОБИОГРАФИЯТА ВИ.



ХОБИТА

**ПРЕДСТАВЕТЕ ЧРЕЗ РИСУНКА ХОБИТАТА СИ,
КОИТО ЩЕ ВИ ПОМОГНАТ В ТЪРСЕНЕТО НА
РАБОТА**



УМЕНИЯ

**ПРЕДСТАВЕТЕ ЧРЕЗ РИСУНКА УМЕНИЯТА СИ,
КОИТО ЩЕ ВИ ПОМОГНАТ В ТЪРСЕНЕТО НА
РАБОТА**



EXPERIENCES

ПРЕДСТАВЕТЕ ЧРЕЗ РИСУНКА ПРЕДИШЕН
ОПИТ, КОЙТО ЩЕ ВИ Е ОТ ПОЛЗА В ТЪРСЕНЕТО
НА РАБОТА



АВТОБИОГРАФИЯ (CV)

НАРИСУВАЙТЕ ШАБЛОН НА АВТОБИОГРАФИЯ
И НАИМЕНУВАЙТЕ ОТДЕЛНИТЕ ЧАСТИ



АВТОБИОГРАФИЯ (CV)

**НАПИШЕТЕ ТЕМИТЕ, КОИТО ТРЯБВА ДА БЪДАТ
ВКЛЮЧЕНИ В АВТОБИОГРАФИЯТА**



БЪДЕЩЕ

НАРИСУВАЙТЕ КАК ЩЕ ИЗГЛЕЖДА ЖИВОТЪТ ВИ
СЛЕД ПЕТ ГОДИНИ



ЛОША АВТОБИОГРАФИЯ

НАПИШЕТЕ КАКВО **НЕ ТРЯБВА** ДА СЕ ВКЛЮЧВА
В ЕДНА ДОБРА АВТОБИОГРАФИЯ



АВТОПОРТРЕТ

НАРИСУВАЙТЕ КАК ЩЕ ИЗГЛЕЖДАТЕ, КОГАТО
ПОЛУЧИТЕ РАБОТАТА НА МЕЧТИТЕ СИ



МЕЧТАНАТА РАБОТА

ОПИШЕТЕ КАК ИЗГЛЕЖДА РАБОТАТА НА
МЕЧТИТЕ ВИ



НЕЖЕЛАНАТА РАБОТА

ОПИШЕТЕ КАКВА РАБОТА НИКОГА НЕ БИХТЕ
ИСКАЛИ ДА ВЪРШИТЕ



НЕЖЕЛАНАТА РАБОТА

ПРЕДСТАВЕТЕ С РИСУНКА КАКВА РАБОТА
НИКОГА НЕ БИХТЕ ИСКАЛИ ДА ВЪРШИТЕ



МЕЧТАНАТА РАБОТА

ПРЕДСТАВЕТЕ С РИСУНКА КАК ИЗГЛЕЖДА
РАБОТАТА НА МЕЧТИТЕ ВИ



E-MAIL

НАПИШЕТЕ ТЕКСТА НА ИМЕЙЛА, В КОЙТО ЩЕ
ИЗПРАТИТЕ АВТОБИОГРАФИЯТА СИ



ИНТЕРВЮ

**ПРЕДСТАВЕТЕ С РИСУНКА КАК БИХТЕ СЕ
ОБЛЯКЛИ ЗА ИНТЕРВЮ ЗА РАБОТА**



ПРЕПОРЪКА

НАПИШЕТЕ КЪМ КОГО БИХТЕ СЕ ОБЪРНАЛИ, ЗА
ДА ВИ ДАДЕ ДОБРА ПРЕПОРЪКА ОТНОСНО
ВАШИТЕ УМЕНИЯ И ЗАЩО



СТИХОТВОРЕНИЕ

СЪСТАВЕТЕ ВАШАТА АВТОБИОГРАФИЯ КАТО
СТИХОТВОРЕНИЕ



ПЕСЕН

НАПИШЕТЕ АВТОБИОГРАФИЯТА СИ КАТО ТЕКСТ
НА ИЗВЕСТНА ПЕСЕН
(АКО Я ИЗПЕЕТЕ, +5 ТОЧКИ)



ТЪРСЕНЕ НА РАБОТА

ОПИШЕТЕ В ТОЧКИ СТЪПКИТЕ, КОИТО БИХТЕ
ПРЕДПРИЕЛИ ЗА НАМИРАНЕ НА РАБОТА
(КОГО ДА ПОПИТАТЕ, КЪДЕ ДА ОТИДЕТЕ...)



СПОРТЕН КЛУБ

ПРЕДСТАВЕТЕ СИ, ЧЕ ИСКАТЕ ДА ПОЛУЧИТЕ
РАБОТА В СПОРТЕН КЛУБ И ТРЯБВА ДА
НАПИШЕТЕ МОТИВАЦИОННО ПИСМО.
НАПИШЕТЕ ПРИЧИНАТА, ПОРАДИ КОЯТО
ИСКАТЕ ДА РАБОТИТЕ ТОЧНО ТАМ.



КРУИЗЕН КОРАБ

ПРЕДСТАВЕТЕ СИ, ЧЕ ИСКАТЕ ДА ПОЛУЧИТЕ
РАБОТА НА КРУИЗЕН КОРАБ И ТРЯБВА ДА
НАПИШЕТЕ МОТИВАЦИОННО ПИСМО.
НАПИШЕТЕ ПРИЧИНАТА, ПОРАДИ КОЯТО
ИСКАТЕ ДА РАБОТИТЕ ТОЧНО ТАМ.



ТЪРГОВСКИ ЦЕНТЪР

ПРЕДСТАВЕТЕ СИ, ЧЕ ИСКАТЕ ДА ПОЛУЧИТЕ
РАБОТА В ТЪРГОВСКИ ЦЕНТЪР И ТРЯБВА ДА
НАПИШЕТЕ МОТИВАЦИОННО ПИСМО.

НАПИШЕТЕ ПРИЧИНАТА, ПОРАДИ КОЯТО
ИСКАТЕ ДА РАБОТИТЕ ТОЧНО ТАМ.



ОФИС

ПРЕДСТАВЕТЕ СИ, ЧЕ ИСКАТЕ ДА ПОЛУЧИТЕ
РАБОТА В МЕСТНАТА ОБЩИНА И ТРЯБВА ДА
НАПИШЕТЕ МОТИВАЦИОННО ПИСМО.

НАПИШЕТЕ ПРИЧИНАТА, ПОРАДИ КОЯТО
ИСКАТЕ ДА РАБОТИТЕ ТОЧНО ТАМ.



ГРАДИНСКИ ЦЕНТЪР

ПРЕДСТАВЕТЕ СИ, ЧЕ ИСКАТЕ ДА ПОЛУЧИТЕ
РАБОТА В ГРАДИНСКИ ЦЕНТЪР И ТРЯБВА ДА
НАПИШЕТЕ МОТИВАЦИОННО ПИСМО.

НАПИШЕТЕ ПРИЧИНАТА, ПОРАДИ КОЯТО
ИСКАТЕ ДА РАБОТИТЕ ТОЧНО ТАМ.



ИТ КОМПАНИЯ

ПРЕДСТАВЕТЕ СИ, ЧЕ ИСКАТЕ ДА ПОЛУЧИТЕ
РАБОТА В ИТ КОМПАНИЯ И ТРЯБВА ДА
НАПИШЕТЕ МОТИВАЦИОННО ПИСМО.
НАПИШЕТЕ ПРИЧИНАТА, ПОРАДИ КОЯТО
ИСКАТЕ ДА РАБОТИТЕ ТОЧНО ТАМ.



МУЗИКАЛЕН ФЕСТИВАЛ

ПРЕДСТАВЕТЕ СИ, ЧЕ ИСКАТЕ ДА ПОЛУЧИТЕ
РАБОТА НА МУЗИКАЛЕН ФЕСТИВАЛ И ТРЯБВА
ДА НАПИШЕТЕ МОТИВАЦИОННО ПИСМО.
НАПИШЕТЕ ПРИЧИНАТА, ПОРАДИ КОЯТО
ИСКАТЕ ДА РАБОТИТЕ ТОЧНО ТАМ.



МОДУЛ 3

СЪТРУДНИЧЕСТВО

(НИВО 1)



Модул 3: Сътрудничество

Дейност	Мин.	Описание	Материали
Въведение	5	Приветствайте участниците и им представете плана за обучение, къде се намира групата, през какво сте преминали и какво предстои. <i>"Продължаваме да се подготвяме за нашата експедиция в южноамериканската джунгла. Досега усвоихме общуването, а днес/сега ще се научим как да работим заедно.</i> Цел на модула: Участниците да разберат, че сътрудничеството е важна част от начина, по който хората работят заедно. Основни характеристики на сътрудничеството.	За разпечатване: Обучителен план - 1x A3
Дейност за замяване	10	Ябълка, портокал, банан! Цел: Групата трябва да се движи в синхрон, за да запази кръга. 1) Оформете кръг с хората в групата, като всеки член постави ръцете си на раменете на човека пред себе си; 2) Кажете на участниците каква дейност седи зад следните команди: „Ябълка“ означава, че всички трябва да скочат напред едновременно ("не прекъсвайте кръга"); „Портокал“ означава, че всички трябва да скочат назад едновременно; „Банан“ означава, че всеки трябва да скочи назад и да се завърти на 180 градуса, така че да постави ръцете си върху раменете на човека отзад. Давайте инструкции на участниците да се обърнат наляво или надясно, за да не се объркат играчите, докато изпълняват движението.	





		Различни нива на трудност: • Лесен режим: Давайте команди с бавно темпо, напр. ябълка!... банан!.... ябълка!... портокал! с няколко секундни почивки между командите. • Среден режим: Комбинирайте 2 команди, например банан-ябълка!... портокал-ябълка! • Труден режим: Комбинирайте три или повече команди.	
Магически лабиринт - въведение	15	<i>Сътрудничеството е важна част от екипа на експедицията и групата не може да се справи без него. Не можем да оцелеем сами в трудни условия. Не става въпрос за това да има единични успешни експедитори. Необходим ни е екип. Екип, чиито членове могат да разчитат един на друг.</i> <i>Сътрудничеството обаче не е лесно, хората трябва да се опознаят, да се разберат, да работят един с друг и същевременно да се опитат да го направят добро за всички, а не само за един.</i> <i>Именно това сътрудничество ще практикуваме сега в играта "Магически лабиринт". Вашата задача е ... (правилата на играта).</i> Обяснете правилата на играта на играчите. Магическият лабиринт е за максимум 8 играчи.	Магически лабиринт - 1 игра за максимум 8 души Друга настолна игра за трениране на работа в екип и сътрудничество
Магически лабиринт - игра	60	Позволете на играчите да изиграят първия "тестов" кръг. В същото време повтаряйте правилата, за да могат да ги свържат с реалния опит от първия кръг. Когато прецените, че играчите са готови за игра, ще започне първия кръг. По този начин ще изиграят толкова кръга, колкото е необходимо. След всеки кръг се провежда кратка фасилитация - оценка на играта, какво трябва да се направи по различен начин и определяне на стратегия за	Магически лабиринт





		следващия кръг.	
Размисъл	10	Задайте въпроси на участниците, за да им дадете възможност да обработят опита си от тази дейност. Примери за въпроси, които можете да зададете: <i>Как беше играта за вас?</i> <i>Защо не се разбрахте?</i> <i>Какъв според вас беше проблемът?</i> <i>Къде се пропука комуникацията?</i> <i>Каква беше стратегията ви?</i> <i>Какво се случи, когато разбрахте как да общувате?</i> <i>Какво мога да взема от това, за да работя с моите съученици/приятели?</i>	
Мъниста 	1	Първата ви задача в този модул - модулът за сътрудничество - е завършена. Получавате мънисто за вашата експедиционна гривна. Раздайте на всеки участник по едно мънисто, което да сложи на гривната си, и същевременно отбележете предварително очертаното мънисто в учебния план.	Отпечатване: Обучителен план - 1x A3 По едно мънисто за всеки участник
Десетте правила за добро сътрудничество	10	Разделете участниците на две групи (по около 5 души). Всяка група ще изготви списък с "принципи" на флипчарт хартия, на които според тях трябва да се основава груповото сътрудничество. <i>"Можете да вземете тези десет заповеди със себе си по време на пътуването си в джунглата и да си ги припомняте в трудни или важни ситуации. Въпреки че сътрудничеството е нещо, което може да се научи, то изисква постоянни грижи. Вземете тези десет заповеди със себе си като ръководство за това как да възпитавате сътрудничество."</i>	Хартия за флипчарт Маркери за флипчарт За разпечатване: Десетте правила за добро сътрудничество - 1x за фасилитатора
Мъниста 	1	Втората ви задача в този модул - модулът за сътрудничество - е завършена. Вие блестящо сте написали Десетте заповеди за добро сътрудничество и можем да ги отнесем в	За разпечатване: Обучителен план - 1x A3





		Амазония като напомняне за наученото. Получавате едно мънисто, за вашата експедиционна гривна. Раздайте на всеки участник по едно мънисто, което да сложи на гривната си, и същевременно отбележете предварително очертаното мънисто в учебния план.	По едно мънисто за всеки участник
Тропическа буря	40	Разделете участниците на две групи. Във всяка група те трябва да изберат по един доброволец. Разкажете следната история: <i>"Бара току-що се обади, за да каже, че тя и изследователският екип са имали голям късмет вчера, защото през лагера им е преминала силна тропическа буря. Имали са късмет, че са оцелели, защото тропическите бури често са много разрушителни, а по същото време на годината, когато е вашата експедиция, тропическите бури ще са много честни.</i> <i>Ето защо сега е много важно да се научите как да се предпазвате от такива бури.</i> <i>Макар да познаваме някои от условията в тропическите гори на Южна Америка, голяма част от тях все още не са изследвани. Миналата година, например, друг екип на експедицията яде отровни гъби, в резултат на което изгубиха зрението си. Те бяха ужасно изплашени и ужасени от това, което им се беше случило, но за щастие местен шаман ги увери, че подобна слепота е само временна и ще премине след няколко часа. Един член на експедицията не бил на обяда, защото изследвал района. В стремежа си да получи по-добра гледка, се качил на едно дърво, подхлъзнал се и паднал на земята. За съжаление имал лошия късмет да си счупи и двете ръце... Върнал се в лагера, където установил, че никой от екипа му не може да вижда.</i> <i>Но това не е всичко... приближаваше голяма тропическа буря и, разбира се, те трябваше да</i>	Дървени пръчици/шишчета Тиксо Хартия Сешоар Превръзки за очите





		започнат да строят подслон, за да се скрият. Нямаше никакво време за губене... Така че започнаха да строят. Сега ще възпроизведем тези условия, за да сме подготвени за различни ситуации, защото не е рядкост да попаднем на отровни растения. Задачата ви е за 20 минути да постройте подслон от дървени пръчици/шишове, хартия и тиксо, който да ви предпази от тропическа буря и да побере поне 4 чаши. Нека обаче да изпитате суровите условия, които друг екип на експедицията е изпитал преди вас, и доброволецът, когото първоначално сте избрали, няма да може да използва ръцете си, а останалите от групата ще бъдат със завързани очи. В същото време ще ви дам малък съвет: Не забравяйте своите велики десет заповеди, които току-що създадохте. Те ще ви помогнат в изграждането на вашия подслон!" Сега задачата на всеки отбор е да построи подслон от дървени пръчици/шишове, хартия и тиксо. Всички доброволци, с изключение на един, са със завързани очи, но не могат да работят с ръцете си. Той може само устно да дава указания на останалите какво да правят. След изтичане на времето, което можете да регулирате според нуждите и особено според напредъка на отборите, всички играчи свалят превръзките и виждат какво са успели да построят. Тестът, за да се провери дали подслонът може да издържи на тропическа буря, ще бъде сешоар (но не казвайте на участниците да очакват това).	
Размисъл	15	Задавайте въпроси на участниците, за да им дадете възможност да преработят опита си от тази дейност.	





		В същото време целта ни е да попитаме участниците как са успели да приложат десетте принципа на доброто сътрудничество. Примери за въпроси, които можете да зададете: <i>Как построихте подслона?</i> <i>Какво беше различното сега в сравнение с Магическия лабиринт?</i> <i>С какво сътрудничеството ви се подобри/намали сега?</i> <i>Коя стратегия за сътрудничество/разпределение на ролите проработи добре за вас?</i> <i>Как успяхте да приложите Десетте заповеди?</i> <i>Кои правила бяха успешни и кои не?</i> <i>Помогнаха ли ви Десетте заповеди?</i> <i>След този опит какво бихте променили в Десетте заповеди сега?</i> <i>Какво ще запомните от това за живота си?</i> <i>Какво ви хареса в тази дейност?</i> Ако участниците решат, че искат да променят нещо, нека да променят Десетте заповеди.	
Мъниста 	1	<i>Последната ви задача в този модул - модулет за сътрудничество - е завършена. В джунглата ще оцелеете при тропически бури и непредсказуеми условия. Получавате мънисто за гривната на вашата експедиция.</i> Раздайте на всеки участник по едно мънисто, което да сложи на гривната си, и същевременно отбележете предварително очертаното мънисто в учебния план.	За разпечатване: Обучителен план - 1x A3 По едно мънисто за всеки участник
Заклучение	10	Обсъдете заедно с групата какво сте постигнали днес (ръкопляскане! :)) и им кажете какво да очакват по-нататък. Всеки от участниците трябва да изрази с по една дума какво мисли за дейностите от този модул.	План за обучение





Десет правила за добро сътрудничество

- 1. Ясна и безопасна комуникация (активно слушане)**
- 2. Доверие (безопасна среда)**
- 3. Автономност и независимост**
- 4. Емпатия**
- 5. Отговорност**
- 6. Творчество**
- 7. Позитивност**
- 8. Ясни цели и задачи**
- 9. Споделяне на знания**
- 10. Подкрепа**





МОДУЛ 4

КРЕАТИВНОСТ

(НИВО 1)



Модул 4: Креативно мислене

Дейност	Мин.	Описание	Материали
Въведение	30	Приветствайте участниците и представете Обучителния план, къде се намира групата и какво ги очаква днес. <i>"Смятам, че шансовете ни за участие в експедицията в Амазония са доста обещаващи и трябва да започнем да се подготвяме психически и физически, за да отидем там. Нека да започнем още днес със създаване на някои аспекти на нашата група:</i> 1. Име на нашата група 2. Групов боен вик 3. Песен срещу тежкия труд (не знаем какво ни очаква там) 4. Манифест на групата - кои сме ние, какви са нашите намерения, от какво се нуждаем и т.н. 5. Помислете какво оборудване ще трябва да вземем със себе си. 6. Помислете какви подаръци ще вземем, за да можем да привлечем местните на наша страна и в същото време раниците ни да не бъдат прекалено тежки. Напишете задачите на дъската / флипчарта Групата решава дали да работи заедно или как да разпредели задачите. Накрая те трябва да представят това, което са направили като група - изпълняват бойния вик, пеят песен срещу тежкия труд и т.н.	За разпечатване: • Обучителен план - 1x A3 Хартия Канцеларски материали Цветове (маркери, моливи, пастели...) Бяла дъска/флипчарт + маркери
Дейност за въвеждане на темата за асертивността	15	Очертайте линия на земята (с въже, канап, маркирайте пространството от стол до стол и т.н.). Поставете хартия с надпис "пасивно" в единия край и хартия с надпис "агресивно" в другия край. Обяснете, че линията представлява диапазона на това как хората могат да реагират в определени ситуации - от абсолютно пасивни до напълно агресивни. Представете	Канап / въже / друго Хартия с надпис "пасивно" Хартия с надпис





		им последователно различни ситуации и тяхната задача ще бъде да застанат по линията според степента на начина, по който биха реагирани в тази ситуация. Представете им една по една следните ситуации (или измислете свои). Можете да поканите и няколко участници да споделят каква би била тяхната реакция и защо. 1. Работите в група за построяване на нов риболовен сал, но един от членовете не помага, което забавя строежа. 2. Смятате, че старейшината на селото несправедливо е разкритикувал ръчно изработената ви кошница, защото не е разбрал функционалността на уникалния дизайн, който сте използвали. 3. По време на племенна среща някой постоянно ви прекъсва, когато се опитвате да спделите идеите си за подобряване на ловните техники. 4. Научавате, че група ваши приятели са отишли на лов без вас. 5. Чувате, че в племето се носят неверни слухове за поведението ви по време на неотдавнашния празник на реколтата. 6. По-малкият ви брат или сестра продължава да взима назаем ловните ви инструменти без разрешение и не ги връща. 7. Някой от племето създава ваш образ, който не ви харесва, и отказва да го премахне от чата на общността. 8. Съседът ви барабани и пее до късно през нощта и вие не можете да заспите, докато се опитвате да се подготвите за сутрешния лов.	"агресивно"
Мъниста 	1	<i>Чудесно, получавате първото си мънисто в този модул! Поздравления за вашата креативност.</i>	За разпечатване: • Обучителен план - 1x формат А3





		Раздайте на всеки участник по едно мънисто, което да сложи на гривната си, и същевременно отбележете предварително очертаното мънисто в учебния план.	По едно мънисто за всеки участник
Видео: Асертивност	10	За да научите повече за днешната тема, изгледайте видеото, в което е представена Асертивността .	Видео: Асертивност
Асертивност - собствени примери	20	Разделете групата на трима или четирима. Всеки от тях трябва да измисли поне 2 примера за ситуации, в които те са се отнасяли или към тях са се отнасяли по следните начини: 1. Пасивно 2. Асертивно 3. Агресивно Всяка група на свой ред споделя своите примери. Ако участниците не знаят какво да напишат, можете да им помогнете, като дадете свои собствени примери или примери от документа "Примери за типове поведение".	Хартия Пособия за писане За разпечатване: • Примери за типове поведение - 1x за фасилитатора (или на разположение за справка в електронен вид)
Мъниста 	1	<i>Чудесно, получавате второто си мънисто в този модул! Вашата асертивност вече се оформя.</i> Раздайте на всеки участник по едно мънисто, което да сложи на гривната си, и същевременно отбележете предварително очертаното мънисто в учебния план.	За разпечатване: • Учебен план - 1x формат A3 По едно мънисто за всеки участник
Почивка	15		
Асертивност - ролеви игри	30	Разделете участниците на групи от 3-ма души. Дайте по една примерна ситуация на всяка група. Задачата им е да помислят как би изглеждала пасивната, асертивната и агресивната реакция в ситуацията. След това групите представят ситуацията пред останалите и демонстрират и трите реакции. Всяка реакция трябва да отнеме около 1 минута. След всяко представяне, накарайте останалите участници от групата да определят кой отговор е бил	За разпечатване: • Асертивност_примерни ситуации - 1 път към групата и прекъсване





		пасивен/асертивен/агресивен. След това обсъдете кой стил би бил най-ефективен или най-малко ефективен в ситуацията, какъв би бил вероятният изход от ситуацията след този отговор и т.н.	
Асертивност - "Аз твърдения"	25	Разделете участниците по двойки и дайте на всяка двойка по две изречения от документа "Асертивност - Аз твърдения". Задачата им е да ги преформулират в "Аз твърдения". Двойките споделят по едно решение пред цялата група. В документа Асертивност – Примерни решения ще намерите примери за възможни съответни „Аз“ твърдения.	За разпечатване: - Асертивност – Аз твърдения - 1x за цялата група + изрязване - Асертивност – Примерни решения - 1x за фасилитатора (или на разположение за справка в електронен вид)
Размисъл	15	Задайте въпроси на групата, за да им помогнете да затвърдят новите знания и да ги приложат на практика. Примери за въпроси, които можете да зададете: <i>Какво ново научихте днес за пасивното/агресивното/асертивното поведение?</i> <i>Какво разбрахте за собствения си стил на общуване/поведение?</i> <i>Какво влияние може да окаже начинът, по който общувате, върху реакцията на другия човек?</i> <i>Как можете да приложите новите знания в ежедневието си?</i> <i>В кои конкретни ситуации би било добре да бъдете по-асертивни (т.е. по-малко пасивни или по-малко агресивни)?</i> <i>Какво още си взехте от днешния ден?</i>	
Мъниста 	1	Успешно завършихте този модул! Получавате последното си мънисто и можете да преминете към последния модул. Раздайте на всеки участник по едно мънисто, което да сложи на гривната си, и същевременно отбележете	За разпечатване: Обучителен план - 1x формат А3 По едно мънисто за всеки участник





		предварително очертаното мѐнисто в учебния план.	
Заклучение	10	Обсъдете заедно с групата какво сте постигнали днес (ръкопляскане! :)) и им кажете какво да очакват по-нататък. Всеки от участниците трябва да изрази с по една дума какво мисли за дейностите от този модул.	Обучителен план





Асертивност – Примери за типове поведение

Примери за пасивно поведение

- Когато някой от участниците в групов проект предложи идея, която според вас няма да проработи, вие мълчите, защото не искате никой да се ядоса.
- Приятелите ви решават да отидат на филм, който не ви харесва, но вие отивате, без да изразите предпочитанията си.
- Знаете отговора на въпрос, който учителят ви задава в час, но не вдигате ръка, защото се страхувате, че ще сбъркате.
- Приятел често се шегува за ваша сметка и вие се смеете, въпреки че това наранява чувствата ви.

Примери за асертивно поведение

- В случай на несъгласие в групов проект предлагате компромис, обяснявате ясно причините си и изслушвате идеите на другите.
- Когато приятел вземе назаем вещите ви, без да иска, му казвате, че с удоволствие ще споделите, но че предпочитате първо ви попита.
- Казвате на приятеля си директно и с уважение, че се чувствате наранени, когато той е отменил плановите си в последния момент без основателна причина.
- Когато не разбирате дадена концепция в час, питате учителя за обяснение, вместо да се преструвате, че я разбирате.

Примери за агресивно поведение

- По време на групова екскурзия настоявате да изберете ресторант, без да се съобразявате с предпочитанията на другите, и не възразявате.
- Реагирате защитно на критиките в груповите оценки и обвинявате другите за недостатъците на проекта.
- Когато приятел не е съгласен с вас по деликатна тема, повишавате глас и използвате груби думи.
- Когато родителите ви не са вкъщи, изисквате от по-малките си братя и сестри да изпълняват всички ваши указания и използвате възрастта си, за да го направите.





Асертивност – Примерни ситуации

1. Работите с група за построяване на нов риболовен сал, но един от членовете не допринася за усилията, което забавя напредъка.
2. Смятате, че старейшините на селото несправедливо са критикували ръчно изработената ви кошница, защото не са разбрали уникалния дизайн, който сте използвали.
3. По време на събрание на селото някой постоянно ви прекъсва, когато се опитвате да спделите идеите си за подобряване на ловните полета.
4. Откривате, че група ваши приятели са отишли на ловен излет, без да ви поканят.
5. Чувате, че в племето се носят слухове за вашата роля в неотдавнашния празник на реколтата.





6. По-малкият ви брат продължава да заема ловните ви инструменти, без да пита, и не ги връща.
7. Някой в племето прави ваша снимка, която не ви харесва, и отказва да я изтрие от общия чат на племето.
8. Късното нощно барабанене и пеене на съседа ви държи будни, когато се опитвате да си починете за ранния сутрешен лов.





„Аз“ твърдения

„Никога не ме слушаш, когато ти говоря.“

„Продължаваш да оставяш вещите си разхвърляни навсякъде.“

„Дори не си направи труда да ми се обадиш.“

„Винаги говориш по телефона, когато говорим.“

„Никога не ми помагаш в груповите проекти.“

„Винаги закъсняваш за срещите ни.“

„Прекарваш твърде много време в игра на видеоигри.“

„Не те интересуват ничии чувства, освен твоите собствени.“

„Винаги ме пренебрегваш, когато другите ти приятели са наоколо.“

„Никога не вършиш своята част от домакинската работа.“

„Винаги ме прекъсваш.“

„Не уважаваш личния ми живот.“

„Когато правиш планове, мислиш само за себе си.“

„Всяко нещо, което се опитваш да организираш, се обърква.“

„Изобщо не си учил и сега се проваляш.“

„Изяждаш всички закуски и не оставяш нищо за останалите.“

„Просто си мързелив и никога не изпълняваш задълженията си.“

„Винаги поемаш инициативата и никога не позволяваш на другите да изкажат мнение.“

„Когато сме заедно, винаги проверяваш телефона си.“

„Съсипваш вечерта на всички, като закъсняваш.“





„Аз“ твърдения

„Никога не ме слушаш, когато ти говоря.“

„Чувствам се пренебрегнат, когато имам чувството, че не ме слушаш по време на разговорите ни.“

„Продължаваш да оставяш вещите си разхвърляни навсякъде.“

„Иска ми се да прибереш нещата си, защото ме разсейват.“

„Дори не си направи труда да ми се обадиш.“

„Ще се чувствам по-добре, ако ми се обадиш обратно, за да можем да довършим дискусията си“.

„Винаги си на телефона, когато говорим.“

„Чувствам се така, сякаш не съм важен за теб, когато използваш телефона си по време на разговорите ни.“

„Никога не ми помагаш в груповите проекти.“

„Бих искал да се включа по-активно в нашия групов проект, имам нужда от твоята помощ.“

„Винаги закъсняваш за срещите ни.“

„Когато закъсняваш многократно, имам чувството, че не цениш времето ми.“

„Прекарваш твърде много време в игра на видеоигри.“

„Ще се радвам, ако прекарваш повече време с мен, вместо да играеш видеоигри“.

„Не те интересуват ничии чувства, освен твоите собствени.“

„Чувствам, че моите чувства не се вземат под внимание и бих искал да поговорим за това.“

„Винаги ме пренебрегваш, когато другите ти приятели са наоколо.“

„Чувствам се изоставен, когато престанеш да ме забелязваш, щом другите ти приятели са наоколо.“

„Никога не вършиш своята част от домакинската работа.“

„Ще се чувствам по-добре, ако си поделяме домакинската работа поравно.“

„Винаги ме прекъсваш.“

„Ще ми хареса, ако ме оставиш да довърша.“



Co-funded by
the European Union



„Не уважавах личното ми пространство.“

„За мен е важно личното ми пространство да бъде зачитано и ще ти бъда благодарна, ако вземеш това под внимание.“

„Когато правиш планове, мислиш само за себе си.“

„Бих искала общите ни планове да бъдат направени така, че да отговарят на желанията и на двамата ни.“

„Всичко, което се опиташ да организираш, ще обърка.“

„Загрижен съм за начина, по който организираш събитията, и бих искал да помагам в планирането, за да съм сигурен, че всичко ще мине гладко.“

„Ти изобщо не си учил и сега се проваляш.“

„Загрижен съм за представянето ти в училище и с удоволствие бих ти помогнал, ако имаш нужда от това.“

„Изяждаш всички закуски и не оставяш нищо за останалите.“

„Бих искал да си поделяме справедливо закуските, за да има достатъчно за всички.“

„Просто си мързелив и никога не изпълняваш задълженията си.“

„За мен е важно всеки да допринесе за домашната работа и бих искал да видя повече твоя инициативност.“

„Винаги поемаш инициативата и никога не позволяваш на другите да имат мнение“.

„Бих искал дискусиите ни да са по-открити и всеки да има възможност да изрази мнението си.“

„Когато сме заедно, винаги проверяваш телефона си.“

„Чувствам се сякаш не съм важна за теб, ако постоянно проверяваш телефона си по време на срещите ни.“

„Ти развали вечерта на всички, като закъсня.“

„Съжалявам, че закъсня, почувствах се разочарован и бих искал следващия път да започнем навреме.“





МОДУЛ 5

КРИТИЧНО МИСЛЕНЕ

(НИВО 1)



Модул 5: Критично мислене

Дейност	Мин.	Описание	Материали
История + цел на деня	5	"Днес е последният ден от подготовката за южноамериканската експедиция. Всички индикации сочат, че нашият отбор ще бъде избран да участва. Добрите изследователи държат очите и умовете си отворени, използват здрав разум, задават въпроси, проучват и не позволяват на глупостите да им се набиват на очи. И затова днес ще се съсредоточим върху друга важна тема - критичното мислене". Цел на деня: Участниците да разберат концепцията за критично мислене и да научат основните принципи на аргументация.	За разпечатване: Обучителен план - 1x формат А3
Дейност за загаряване: Лъжа или истина	15	Ще започнем с проста дейност, за да се настроим към темата и да ангажираме мозъците си. Заниманието се нарича "Лъжа или истина". Цел: Развиване на способността за разпознаване на вярна и невярна информация и насърчаване на работата в екип и комуникацията. Подготовка: Участниците се подреждат в кръг или седат около маса, така че да се виждат и чуват лесно. Правила на играта: всеки участник ще измисли три твърдения за себе си - две верни и едно невярно. Тези твърдения трябва да са достатъчно интересни или необичайни, за да не е лесно да се разбере кое от тях е невярно. Представяне на твърденията: Един по един всеки участник ще представи трите си твърдения, без да разкрива кое от тях е лъжа. Гадаене: След като твърденията са направени, останалите участници гласуват или обсъждат кое от твърденията смятат за невярно. Целта е да се използва критично мислене и интуиция, за да се открие лъжата. Разкриване и оценяване: След гласуването участникът разкрива кое твърдение е било невярно. Може да се	





		води класация, в която всеки, който правилно познае невярното твърдение, получава точка. Размисъл: След края на играта можете да проведете кратка дискусия за това какви стратегии са използвали участниците, за да открият лъжата, и какво ги е накарало да мислят, че дадено твърдение е невярно. Играта стимулира участниците да слушат и наблюдават внимателно, което е ключово умение за критично мислене.	
Видео: Критично мислене I.I	5	Въведение и обяснение на понятието "критично мислене"	ВИДЕО: Критично мислене I.I
Дискусия	5	Отделете известно време, за да обсъдите с участниците защо критичното мислене е полезно, къде и как може да се използва и дали са чували за него.	
Видео: Критично мислене I.II	15	Принципи, които ми помагат да не се поддавам на фалшивата информация - Как да разпознавам опасностите от дезинформацията?	ВИДЕО: Критично мислене I.II
Критично мислене - работен лист	15	Върнете се към ключовите моменти от видеото и отговорите на въпросите в работния лист. След това направете кратка дискусия с участниците и разгледайте отговорите заедно.	Пособия за писане За разпечатване: Работен лист "Критично мислене" - за всеки участник и за фасилитатора
Мъниста 	1	<i>Чудесно, получавате първото си мънисто в този модул. Продължавайте все така!</i> Раздайте на всеки участник по едно мънисто, което да сложи на гривната си, и същевременно отбележете предварително очертаното мънисто в учебния план.	За разпечатване: Обучителен план - 1x формат A3 По едно мънисто за всеки участник
Почивка	5		





Черни истории - игра	35	<i>"Вашият водач, който организира експедицията, преживя странни неща със селяните в тропическата гора преди месец. Те казват, че там вилнеят зли духове и вредят на хората, иначе не биха могли да се случат толкова много бедствия наведнъж. Селяните обмислят да направят човешко жертвоприношение, за да успокоят злите духове. Селяните са суеверни и имат различна култура и обичаи, но вие не можете винаги да се поддавате на това - използвайте критично мислене. Вие не вярвате нито за миг и искате да стигнете до дъното на това. За да го направите, ще трябва да поискате информация и да сте с отворено съзнание. Ще успеете ли да разплетете подозрителните истории и да спасите този, който ще бъде пожертван?"</i> Създайте няколко отбора. Всеки отбор получава 3 черни истории, които трябва да реши в рамките на определеното време. Един от вашия отбор (Разгадателят) поема задачата и я прочита на останалите. Той/тя не чете дешифрирането на случая на глас, а само го чете на себе си, за да отговори на въпросите на екипа. Останалите могат да задават въпроси, на които Разгадателят отговаря с ДА/НЕ, като се опитват да стигнат до най-точна формулировка на това как се е разиграла цялата ситуация. Разгадателят отговаря само с ДА/НЕ, ако групата получи решение, тя разкрива точната формулировка на историята. 1. Масово убийство с препятствия - Жената е знаела, че пушенето убива, но толкова бързо? 2. Безсмислен разговор - Малък разговор в работно време коства живота на млада жена. 3. Прословутото самоунижение - Той беше истински мъж. Беше съвсем логично да не отиде на лекар с такъв незначителен проблем. 4. Проблем с ориентацията - Мъж се изгубил на двуметрова пътека и починал. 5. Катастрофално доказателство чрез кръг - Ако двамата мъже бяха гледали повече анимационни филми, може би щяха да забележат смъртоносната заблуда достатъчно рано.	За разпечатване: • Задание за игра "Черни истории" – по едно копие за всяка група • Черни истории отговори - по едно копие за всяка група и едно за фасилитатора
------------------------------------	-----------	---	---





		6. Неочакван край на почивката - Мъжът влага време и усилия в заслужения си отдих. В крайна сметка той се озова под земята.	
Размисъл	5	След приключване на дейността питайте участниците какво са направили добре, какво са научили и как ще използват наученото от дейността в реалния живот. Можете да използвате въпроси като: <i>Как използвахте принципите на критичното мислене?</i> <i>Какво ви помогна?</i> <i>Какво беше трудно?</i> <i>Какво научихте и можете да приложите в живота, в реална ситуация?</i>	
Мъниста	1	<i>Чудесно, получавате второто си мънисто в този последен модул. Остава само още един! Можем ли да го получим?</i> Раздайте на всеки участник по едно мънисто, което да сложи на гривната си, и същевременно отбележете предварително очертаното мънисто в учебния план.	За разпечатване: Обучителен план - 1x формат А3 По едно мънисто за всеки участник
Почивка	10		
Треньор по аргументация - въведение	5	<i>Преди да преминем към следващото занимание, нека се опитаме да кажем кое е правилно (вдигнете дясната си ръка) и кое е неправилно (вдигнете лявата си ръка) по отношение на законите, правото, правилата за поведение между хората и т.н:</i> ○ пее на обществени места ○ кражба ○ екологични дейности ○ грижи за деца ○ причиняване на телесна повреда ○ продажба на наркотици ○ подкуп ○ отговор на поздрав... <i>Това беше лесно, вземахте решенията си бързо и всички бяха почти еднакви.</i>	





		Сега следва втори кръг: - О кражба на пари за закупуване на лекарства за болно дете. - О продажбата на лекарство, което има доказан положителен ефект при лечението на психични заболявания - О екологични дейности, които доведоха до блокада на града. Заради радикалистите не може да мине дори линейка и в резултат на това загиват 4 души <i>Има теми, които могат да бъдат разгледани от различни гледни точки, и можем да вземем предвид интересите на различни групи. Понякога решението за истината и правото не е толкова категорично, както когато някой открадне нещо или нарани някого. Освен това играе роля дали гледаме на въпроса с перспектива от 1 година или, да речем, от 50 години. Сега ще опитаме да го направим.</i>	
Трениор по аргументация - задаване и подготовка на аргументи	35	<i>"Докато се подготвяме за експедицията си, ще разглеждаме спорни въпроси и способността ни да поставяме трудните теми в перспектива. Невинаги е възможно да знаем всичко за всичко, затова търсете качествени източници и се осланяйте на експертното мнение."</i> Сформирайте 2 отбора - изберете 1 обща тема за обсъждане - подгответе аргументи за/против по темата (използвайте интернет, ако има такъв): 1. Водата като право срещу водата като стока Въпросът за приватизацията на водните ресурси в Южна Америка и нейното въздействие върху достъпа до вода на местното население срещу мултинационалните корпорации и агробизнеса. 2. Местното население срещу глобализацията Проучете въздействието на глобализацията върху традиционните и местните култури в Южна Америка, включително загубата на езика, традициите и земята в сравнение с интеграцията в световния пазар и	За разпечатване: • Теми за обсъждане - за всяка група





		общество. Преки чуждестранни инвестиции (ПЧИ) в Южна Америка: развитие или неоколониализъм? Дискусия за това дали ПЧИ насърчават икономическото развитие и модернизацията, или представляват нова форма на икономическа експлоатация и зависимост. <i>3. Легализирането на наркотиците и неговото въздействие върху обществото и икономиката</i> Разработване на аргументи за и против легализирането на наркотиците в Южна Америка, проучване на потенциалното му въздействие върху намаляването на насилието, свързано с наркотиците, икономическите ползи от данъчното облагане и регулирането в сравнение с потенциалните социални и здравни рискове. <i>4. Развитие на инфраструктурата в Амазония: Прогрес или катастрофа?</i> Обсъждане на строителството на пътища, язовири и друга инфраструктура в Амазония, като се преценяват икономическите и социалните ползи за Бразилия и други държави спрямо разрушаването на околната среда и заплахата за коренното население. <i>5. Туризъм в Антарктида: Изследване или защита?</i> Технически Антарктида не е част от Южна Америка, но много експедиции се отправят натам от южноамерикански пристанища. В тази тема се разглежда въпросът дали трябва да се разрешат повече туристически експедиции до Антарктида, като се вземат предвид въздействията върху околната среда в сравнение с научните и образователните ползи. Следваща тема - Обсъждане на въпроса как добивът на природни ресурси (напр. петрол, благородни метали, редки минерали) влияе върху местните екосистеми и общности в сравнение с икономическите ползи за страните от Южна Америка. Всеки отбор се подготвя самостоятелно и може да използва интернет и други налични ресурси.	
Треньор по	15	Всеки отбор разполага с 5 минути за представяне . След	За разпечатване:





аргументация - отборни презентации		като първият отбор приключи презентацията си, вторият отбор веднага представя своята позиция. Едва след това се провежда размисъл. Отборът, който не представя в момента, има отпечатана карта с критериите за оценка на аргументацията. Те могат да си водят бележки за това дали участниците от другия отбор са изпълнили изискванията за добър аргумент.	Карта за оценка - за всеки екип и за фасилитатора
Размисъл	10	По време на размишлението първо задавайте въпроси на първия отбор, който е представил своите аргументи. Примери за въпроси: <i>Кой според вас е добрият аргумент, който сте измислили?</i> <i>Какъв източник смятате за добър?</i> <i>Кое беше трудно за вас по отношение на аргументацията?</i> <i>Какво беше лесно?</i> <i>Вие лично бихте ли се убедили в аргументите си, за/против ли сте и защо?</i> Следва обратна връзка от другия отбор - какво ви хареса в аргументацията, какво бихте предложили да промените/подобрите? Отборът може да използва бележките и критериите от картата за оценка за играта на аргументация. Накрая е обратната връзка от фасилитатора - как му е харесала презентацията, качеството на аргументите, ресурсите... Той/тя може да използва картите за оценка за играта на аргументация. Тази дейност не е замислена като състезание, не се определя победител.	За разпечатване: Карта за оценка - за всеки екип и за фасилитатора
Заклучително обобщение и размисъл	5	Разположете участниците в кръг. В заключителната дискусия обобщаваме и подчертаваме полезни или интересни моменти и прозрения.	Въпроси за размисъл





		Примери за въпроси, които можете да зададете: <i>Какво ще си вземете от днешното обучение?</i> <i>Това, което беше полезно...</i> Добре е всеки участник да сподели поне 1-2 неща, интересни факти, какво му е помогнало да се справи със задачите.	
Мъниста 	1	<i>Успяхте да изпълните всички задачи по подготовката на експедицията! Придобили сте всички 4 компетентности - комуникация, сътрудничество, креативност и критично мислене. Тук ви подарявам последното мънистои ви поздравявам, защото сега сте напълно подготвени да пътувате до Амазонската дъждовна гора и да се впуснете в търсене на непознато и мистериозно племе, което крие тайна. Вие сте страхотни!</i> Раздайте на всеки участник по едно мънисто, което да сложи на гривната си, и същевременно отбележете предварително очертаното мънисто в учебния план.	За разпечатване: Обучителен план - 1x формат А3 По едно мънисто за всеки участник





КРИТИЧНО МИСЛЕНЕ

КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА?

= Способност за формиране на собствено мнение, основано на аргументирано убеждение, и способност да се обоснове и аргументира.



АКО ВЛАДЕЯ КРИТИЧНОТО МИСЛЕНЕ, АЗ:

1. не се подчинявам на първото впечатление или на общото мнение
2. може да разпознава митовете и манипулациите
3. не възприемам наивно традиционни и модерни мнения
4. мога да формирам собствено мнение въз основа на знания и опит
5. мога да приема, че може да греша или да не съм сигурен/на в нещо
6. мога да тълкувам намерените данни
7. мога да чета професионални проучвания

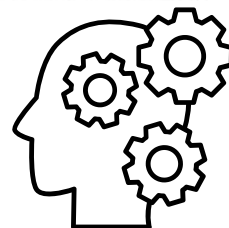
10 ПРИНЦИПА, КОИТО ТРЯБВА ДА СПАЗВАМ, КОГАТО ИЗВЪРШВАМ ТЪРСЕНЕ В ИНТЕРНЕТ:

1. Когато намеря някаква информация или твърдение в интернет, не вярвам веднага сляпо, а **проверявам точността му**.
2. Не чета само заглавието, то може да е подвеждащо. Прочитам **целия наличен текст...**
3. Ще видя кой пише за дадената информация. **Кой е авторът?** Коя е тази страница? За какво друго пишат? Може ли да му се вярва?
4. Текстът, който чета, съдържа ли **факти или само предположения и мнения?** Има ли връзки към други източници?
5. Ще се опитам да разбера дали **други надеждни източници** пишат по тази тема.
6. **Колко стар е източникът**, от който черпя информация? Дали информацията не е остаряла?
7. Мога да се опитам да проверя дадената информация в **уебсайтове, които се използват за проверка на факти**, като snopes.com или factcheck.org.
8. Страниците могат да използват манипулирани изображения, за да популяризират фалшиви новини. Ако текстът съдържа снимки, **ще проверя техния произход**. Мога да се опитам да потърся изображението в обратна посока, като използвам например Google Images.
9. Ако искам да споделя и разпространявам някаква информация, ще я проверя още по-внимателно. **Не искам да разпространявам фалшиви новини.**
10. Винаги използвам **здрав разум и критично мислене**, когато търся в интернет.



КРИТИЧНОТО МИСЛЕНЕ - КАКВО ЗНАМ?

**КАКВО СПРОЕД ТЕБ ПРЕДСТАВЛЯВА
КРИТИЧНОТО МИСЛЕНЕ?**



**НАПИШЕТЕ 5 ПРИНЦИПА, КОИТО ЩЕ
СЛЕДВАТЕ, КОГАТО ТЪРСИТЕ ИНФОРМАЦИЯ В
ИНТЕРНЕТ:**

- 1)

- 2)

- 3)

- 4)

- 5)

**ЗНАЕТЕ ЛИ ПОНЕ 3 УЕБСАЙТА, КЪДЕТО МОЖЕТЕ
ДА ПРОВЕРИТЕ ДОСТОВЕРНОСТТА НА
ИНФОРМАЦИЯТА?**

- 1)

- 2)

- 3)

**ИМА ЛИ ВЕРОЯТНОСТ ТОВА ДА Е ФАЛШИВА НОВИНА?
ОПИТАЙ СЕ ДА ГО ОТБЕЛЕЖИШ В СТАТИЯТА ИЛИ ЗАПИШИ ИДЕИТЕ СИ ОТСТРАНИ.**

публикувано на Blesk.cz 12. 6. 2024

НЛО забелязан над Прага! Заплашен ли е светът от нашествие на извънземни?

Миналата година през март над Прага беше наблюдавано невероятно явление, което остави мнозина в шок и ужас. Очевидци съобщиха, че са видели мистериозен самолет, който не може да бъде идентифициран. Те описват невероятно светлинни ефекти и неправилно движение на обекта, който не приличал на нито един самолет.

Известни учени вече потвърдиха тези предположения и предупреждават, че това може да е нашествие на непознати цивилизации от други планети. И така, има ли опасност да бъдем нападнати от извънземни? В следващата статия ще научите как да се подготвите за такова нашествие.



Черни истории - задание за игра

1. Масово убийство с препятствия - Жената е знаела, че пушенето убива, но толкова бързо?
2. Безразсъден разговор - Малко разговор по време на работа струва живота на млада жена.
3. Прословутото самоунижение - Той беше истински мъж. Беше съвсем логично да не отиде на лекар за такава дреболия.
4. Проблем с ориентацията - Човекът се изгубил по двуметрова пътека и умрял.
5. Катастрофално доказателство чрез кръгове - Ако двамата мъже бяха гледали повече анимационни филмчета, може би щяха да забележат смъртоносната заблуда достатъчно рано.
6. Неочакван край на почивката - Един мъж влага време и усилия в заслужения си отпих. В крайна сметка той се озовал под земята.





Черни истории - ОТГОВОРИ

1. Една италианка се занимава с това да залива с бензин мравуняци в природата и да ги подпалва. Един ден тя се вдъхновила да изпуши една цигара по време на този съмнителен метод за унищожаване на насекомите вредители. Накрая се оказала точно такава, каквата искала да бъдат тези омразни шесткраки насекоми: овъглена и тлееща.
2. 24-годишна служителка в хотел в Мексико избира не телефон, а шахтата на товарен асансьор, за да разговаря с колегите си от долните етажи. Когато кабината на товарния асансьор неочаквано се приближила, тя не помръднала главата си навреме и я изгубила.
3. 38-годишен мъж от Пенсилвания е ухапан, докато се опитва да извади кобра от терариума на свой приятел. Вярвайки, че подобно ухапване не може да му навреди, той решил да не търси болнично лечение. Вместо това влязъл в кръчма, където се насладил на няколко питиета в пълно спокойствие. Отначало наистина изглеждало, че е прав - нищо не се било случило. Но след това забавеният ефект на нервнопаралитичната отрова започнал да действа и убил „истинския мъж“.
4. Двама 28-годишни служители на лондонска строителна фирма изрязват по много професионален начин дупка в дебелия бетонен таван на осмия етаж. Както може да се види в много карикатурни гротески, по време на такива операции не се изплаща да се стои вътре в кръга. Дватама работници очевидно не са знаели това - бетонът се срутил под тях и без да носят предпазни колани, те паднали от осем етажа и загинали.





5. Млад мъж в Северна Каролина изкопава шестметрова дупка в пясъка за шезлонга си по време на ваканцията, за да го предпази от вятъра. Докато той спял спокойно в сенчестата яма, стените ѝ се срутили и пясъкът погребал почиващия под нея. Открит е само трупът му

6. Докато играе хокей с приятели, на 38-годишен канадец му хрумва идеята да пробие две дупки в леда и по традиционния начин, по който белите мечки плуват под леда, да скочи в едната дупка и да изплува през другата. Но въпреки че водата под леда била дълбока само до кръста, канадецът така и не изплувал на повърхността. Очевидно е загубил ориентация в леденостудената вода и объркването, съчетано с мускулните схващания, причинени от студа, е направило останалото. Няколко дни по-късно е намерен мъртъв под леда, само на няколко метра от спасителните дупки.





ИГРА С АРГУМЕНТИ - КРИТИЧНО МИСЛЕНЕ I

1. Водата като право срещу водата като стока

Въпросът за приватизацията на водните ресурси в Южна Америка и нейното въздействие върху достъпа до вода на местното население срещу мултинационалните корпорации и агробизнеса.

2. Местното население срещу глобализацията

Проучване на въздействието на глобализацията върху традиционните и коренните култури в Южна Америка, включително загубата на езика, традициите и земята, срещу интеграцията в глобалния пазар и общество.

Преки чуждестранни инвестиции (ПЧИ) в Южна Америка: развитие или неоколониализъм?

Дискусия за това дали ПЧИ насърчават икономическото развитие и модернизацията, или представляват нова форма на икономическа експлоатация и зависимост.

3. Легализация на наркотиците и нейното въздействие върху обществото и икономиката

Разработване на аргументи за и против легализирането на наркотиците в Южна Америка, проучване на потенциалното му въздействие върху намаляването на насилието, свързано с наркотиците, икономическите ползи от данъчното облагане и регулирането в сравнение с потенциалните социални и здравни рискове.





4. Развитие на инфраструктурата в Амазония: Прогрес или катастрофа?

Обсъждане на строителството на пътища, язовири и друга инфраструктура в Амазония, като се преценяват икономическите и социалните ползи за Бразилия и други държави спрямо разрушаването на околната среда и заплахата за коренното население.

5. Туризъм в Антарктида: Изследване или защита?

Технически Антарктида не е част от Южна Америка, но много експедиции се отправят натам от южноамерикански пристанища. В тази тема се разглежда въпросът дали трябва да се разрешат повече туристически експедиции до Антарктида, като се вземат предвид въздействията върху околната среда в сравнение с научните и образователните ползи.

Следваща тема - Обсъждане на въпроса как добивът на природни ресурси (напр. петрол, благородни метали, редки минерали) влияе върху местните екосистеми и общности в сравнение с икономическите ползи за страните от Южна Америка.





Оценка на играта на аргументиране

Критерии за оценяване	ДА/НЕ	Бележки
Списък на източниците		
Съответстващи източници (мин. 3)		
Конкретно изразяване		
Аргументи по същество		
Кратки и ясни изречения		
Разумно количество информация		
Спокойно темпо на речта		
Уважение към опонента		
Включване на опонента- възможност за отговор на въпроси		
Подходящ речник, който опонента да може да разбира		
Признаване на грешки/ заблуди		





МОДУЛ 6

КОМУНИКАЦИЯ

(НИВО 2)

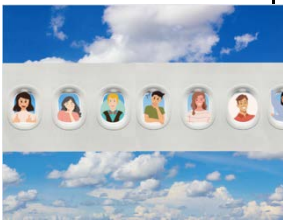


Модул 6: Комуникация

Дейност	Мин.	Описание	Материали
История + цел на деня М6/1 	5	"Ние сме на експедиция в Южна Америка и току-що се запознахме с изследователския екип. На летището ни посрещна директно водещият изследовател Бара, с която поддържахме връзка през цялото време на подготовката. И тя ни съобщи новината с ентузиазъм. Досега екипът ѝ е установил, че малкото момиче разказва историята на своето село и култура, както и че всички са благоденстващи, щастливи, без болести и живеят необичайно дълго. Затова е решено, че експедицията ще отиде там и ще се опита да открие тайната им - може би това е билка, енергиен кристал, лекарство или генетичен код..." Залепете картинката (Пътешествие в дъждовната гора - М6/1) на флипчарт/дъска, така че да се вижда през цялото време и да можете да добавяте още към нея, като по този начин визуализирате цялото пътуване. Така ще се получи времева последователност на цялостното преживяване, докато участниците преодоляват различните препятствия. Цел на деня: усвояване на принципите на самопредставянето.	За разпечатване: Пътешествие в дъждовната гора - 1x на формат А4
Дейност за закриване: Оплитане на езика М6/2	15	"В момента сме на самолет за Амазония. Полетът е много дълъг, затова решихме да го направим по-приятен с лека игра и да упражним езиковите си умения." Искаме да можем да разговаряме ефективно, а готовността да кажем нещо на някого, може да е от решаващо значение за впечатлението, което правим.	За разпечатване: Пътешествие в дъждовната гора - 1x на формат А4





  М6/3		Първа част на дейността: групата казва 5 скоропоговорки, които знае. След това се разделят на двойки и всяка от тях опитва по 2 от тях. Повтарят езиковия трик 3 пъти подред. Втора част на упражнението: Друго артикулационно упражнение за произнасяне на трудни групи съгласни: Можете ли да консервирате кутия, както консервната машина може да консервира кутия? Как една мида може да се натъпче в чиста кутия от крем? Червен камион, жълт камион. Колко дърва би струпал един глиган, ако можеше да струпа дърва? Той щеше да хвърля, щеше да хвърля, колкото можеше, и щеше да хвърля толкова дърва, колкото можеше. Всеки се опитва да го каже на глас по двойки. <i>След дълъг полет най-накрая се срещаме с Бара на летището и се поздравяваме. Тя ни кара с големия си експедиционен пикап до изследователския лагер.</i>
Видео: Как да се себепредставяме	6 <i>В този изследователски лагер колегите на Бара искат да ни научат как да общуваме по-добре. Затова нека да гледаме видеоклипа, в който тя обяснява малко повече:</i> Теория - припомняне на принципите от модул I + тема за самопредставяне	ВИДЕО Комуникация II. I
Габващо представяне - Работен лист	20 Раздайте работни листове Габващо представяне на всеки участник и ги помолете да прочетат принципите и примерните текстове. Дискусия <i>Има ли нещо, което не разбирате и което бихте искали да бъде обяснено? Разбирате ли препоръките и какво конкретно се има предвид с тях?</i>	Хартия Пособия за писане За разпечатване: Габващо представяне - Работен лист - за всички участници и



		Помолете участниците индивидуално да попълнят работните си листове - след това ще ги използват като основа за по-нататъшни дейности.	фасилитатора
Самопредставяне - симулатор I M6/4 	15	<i>"В изследователския лагер все още тече кратък период на подготовка, за да можем да сме напълно готови да тръгнем да търсим тайните на племето. Но преди това трябва да тренираме самопредставянето си, когато срещнем някого".</i> Подгответе представяне на себе си - какво бихте казали за себе си, за да могат другите участници в пътуването да научат за вас (откъде сте, какво е семейството ви, в кое училище учите, какво обичате да правите...) - 1 мин. за всеки, по двойки. Използвайте информацията и съветите от работен лист Грабващо представяне. Всеки участник се подготвя индивидуално с помощта на работен лист. Сега идва ред на самопредставянето по двойки. Всеки от участниците разполага с 1 минута за представянето си. По двойки единият говори, а другият отмерва времето. След представянето всяка двойка си дава обратна връзка в следния формат: • Какво са направили добре?, • Препоръки за това какво да се подобри.	Хартия Пособия за писане За разпечатване: • Пътешествие в дъждовната гора - 1x на формат A4
Размисъл	5	Обща дискусия след дейността. Попитайте групата как са успели да изпълнят задачата и върху какво ще се съсредоточат, за да се подобрят. Примерни въпроси: <i>Какво се получи добре?</i> <i>Върху какво ще се съсредоточите, за да подобрите уменията си за себепредставяне?</i>	Подготвени въпроси
Видео: Сценична треска	10	Видео относно сценичната треска и справянето с нея; Как да повишим самочувствието си + техники за практикуване.	ВИДЕО Комуникация II.II





Почивка	10		
Самопредставяне - симулатор II	40	В тази дейност участниците ще упражняват себепредставяне. <i>„Винаги адаптираме представянето си към това пред кого се представяме и какво искаме да постигнем. Изберете една от ситуациите по-долу в рамките на нашата история и адаптирайте самопредставянето си към нея (напр. включете конкретни преживявания, хобита, бъдещи планове и т.н., които са свързани с темата).“</i> Теми: ○ Искате да спечелите доверието на местните жители и работа в селото. ○ Искате да ръководите местна група бойци. ○ Искате да сте част от група ловци. ○ Искате да сте част от група събирачи. ○ Искате да сте част от новосформирана група, която да преговаря за условията с колонизаторите. <i>„Можете също така да измислите свой собствен ситуационен контекст, който да съответства на рамката на историята. Изберете тема и съобразете представянето си с нея. Започнете от работния лист Грабващо представяне.“</i> Всеки се подготвя индивидуално с помощта на работен лист. Презентация Сега идва ред на самопредставянето по двойки. Всеки от участниците разполага с 1 минута за представянето си. По двойки единият говори, а другият отмерва времето. След представянето всяка двойка си дава обратна връзка в следния формат: • Какво са направили добре? • Препоръки за това какво да се подобри.	Хартия Пособия за писане За разпечатване: • Теми за самостоятелно представяне - за всеки участник и за фасилитатора Или • Възможност за изписване / прожектиране на темите на дъската

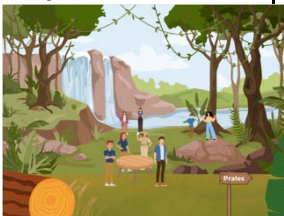




Размисъл	5	Попитайте групата как са успели да изпълнят задачата и върху какво ще се съсредоточат, за да подобрят уменията си за себепредставяне. Примерни въпроси: <i>Какво се получи добре?</i> <i>Върху какво ще се съсредоточите, за да подобрите уменията си за себепредставяне?</i>	Подготвени въпроси
Почивка	10		
Самопредставяне - симулатор III	40	Създайте групи от максимум 6 души. Подготовка - същата задача като предишната дейност: представяне на себе си в ролята, която търся в историята (спечелване на доверието на местните жители/желание да оглавя местна група от воители/желание да стана част от група ловци/желание да стана част от група събирачи/желание да стана част от новосформирана група за договаряне на условия с белите хора и т.н.). Темата остава същата. Този път участниците ще се представят пред по-голяма група. Продължителността на представянето отново е 1 мин. Всеки се подготвя индивидуално с помощта на работен лист. Представяне пред групата. Сега идва ред на самопредставянето по двойки. Всеки от участниците разполага с 1 минута за представянето си. По двойки единият говори, а другият отмерва времето. След представянето всяка двойка получава обратна връзка от голямата група в следния формат: • Какво са направили добре? – 2 неща Препоръки за това какво да се подобри. – 1 нещо	Хартия Пособия за писане За разпечатване: • Темати за самостоятелно представяне - за всеки участник и фасилитатор • Възможност за изписване на темите на дъската
Размисъл	5	Попитайте групата как оценяват отделните кръгове, в какво са се подобрили, какво им е помогнало. Примерни въпроси:	Подготвени въпроси





		<i>Коя според вас е най-голямата промяна в представянето ви?</i> <i>Какво се получи добре?</i> <i>Върху какво ще се съсредоточите, за да подобрите уменията си за себепредставяне в бъдеще?</i>	
Заклучително обобщение и размисъл M6/5 	5	В заключителната дискусия дайте възможност на всеки да коментира дейностите от този модул, както и какви практически изводи си е взел. Какво им е било интересно, какво ще си вземат... <i>Сега Бара и нейният изследователски екип ни смятат за напълно подготвени за тази мисия. И така, участваме ли? Дъждовната гора ни чака...</i>	За разпечатване: Пътешествие в дъждовната гора - 1x на формат A4





Грабващо представяне



Кратко себепредставяне с продължителност около 20-60 секунди. В общи линии е като кратка разходка с асансьор, в който се намирате с човек, който може да реши какъв ще бъде следващият ви професионален път. Сега или никога! Разполагаш с един миг, за да се обърнеш към този човек, **да се представиш, да разкажеш с какво се занимаваш, от какво се интересуваш и защо всъщност говориш с него.**

Подготви се за въпроса:

"Какво можете да ни кажете за себе си?"

Как да съставиш своето самопредставяне:

- Помисли какво би искал/а хората да запомнят за теб.
- С какъв опит, умения и знания трябва да те свързват автоматично?

Невербална комуникация



Когато се представяте, стойте **отпуснати** и не забравяйте **да движите ръцете си**. Също така имайте предвид, че е важно представянето ви да звучи и изглежда **естествено**.

Какво да запомниш?

- **Зрителен контакт**

Когато някой ти говори, вероятно не те харесва, ако непрекъснато гледа встрани. Затова се опитай да се научиш да поддържаш зрителен контакт.

- **Жестове**

Използвай жестове, когато говориш. Не стой нащрек. Отпусни ръцете си.

- **Поза**

Препоръчително е да не стоиш със скръстени ръце. Такава поза може да изглежда отнесена и дори нехайна.

- **Дишане**

Може би най-важният съвет от всички е най-простият - дишай.

Вдишвай често, не се опитвай да избълваш цялата информация с едно вдишване.

- **Артикулация**

Доброто произнасяне на думите също е свързано с дишането. Трябва да забавиш темпото, за да дишаш правилно и да произнасяш правилно. По-бавното темпо ще ти гарантира, че ще елиминираш риска от кръстосване на гласове или неразбираемо бърборене.



СЕБЕПРЕДСТАВЯНЕ - ПРИМЕРИ

Себепредставяне

Харесва ми да работя с други хора, да бъда част от екип и да създавам нещо значимо. Избирам дейности и хобита и работя в съответствие с тях. Смятам за успех, че попаднах в гимназията, в която уча сега. Упорит съм, когато нещо ме интересува, се съсредоточавам върху него и искам да науча всичко за него. Мога да вземам бързи решения и да се съгласявам с хората около мен, когато трябва да направим нещо заедно. Бих искал да работя някъде в чужбина през лятото и да натрупам езиков опит. Целта ми е да работя в голяма компания и един ден да ръководя собствен екип.

Лятна работа

Казвам се Петър Петров и в момента уча в средно професионално училище по електротехника. В 12 клас съм. Харесва ми да откривам как работят машините и да ги поправам. Надежден съм и хората казват, че съм сръчен. Вашата компания е една от най-големите в региона, затова бих искал да работя за вас през лятото, за да мога да придобия практически опит. Разполагам със свободно време през цялото лято, с удоволствие ще опитам различни позиции.

Свободно време и хобита

В свободното си време играя футбол от 5 години. Играя в атака и ходя редовно на тренировки. Харесва ми, че това е отборен спорт и резултатът зависи от всеки един от нас. В началото не бях толкова добър, колкото останалите, но съм бърз и ако нещо ми харесва, се занимавам с него. Днес съм в основния отбор. Бих искал да преминем в по-висша категория.

Моето хоби е да играя игри. Играя всеки ден от 10-годишна възраст и съм участвал в няколко турнира. Харесва ми да измислям стратегии и да намирам нови начини да достигна следващия рекорд. Установих, че другите не са толкова добри в това, затова започнах да правя видеоклипове в TikTok и да давам кратки уроци как да го правя. Мисля да създам своя собствена игра някой ден.



Внимавай с жаргона при себепредставянето.

Важно е да бъдеш добре разбран/а.

Кои думи са наистина важни? Наблегни на тях при представянето.



СЕБЕПРЕДСТАВЯНЕ - Задачи

Помисли върху следните въпроси и нахвърляй бележки по всяка точка.
Въз основа на бележките, подготви твоето грабващо себепредставяне!

Какво те прави такъв, какъвто си?

С какво се гордееш?

Какво си постигнал/а до момента?

Къде си натрупал/а опит?

Какви са силните ти страни?

Какво би искал/а да постигнеш в живота си и защо?

Какъв е пътят ти напред? Каква е визията ти за бъдещето?

Какво трябва да се има предвид при себепредставянето?

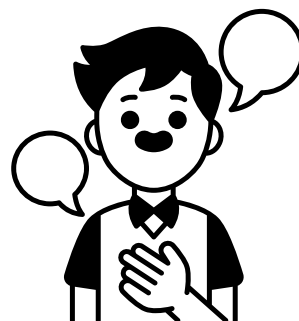
1)

2)

3)

4)

5)





Теми за симулатор на самопредставяне II

В тази дейност ще упражните самопредставянето. Винаги адаптираме представянето си към това пред кого се представяме и какво искаме да постигнем. Изберете една от ситуациите по-долу в рамките на нашата история и адаптирайте самопредставянето си към нея (напр. включете конкретни преживявания, хобита, бъдещи планове и т.н., които са свързани с темата).

Теми, които да изберете за своята презентация в симулатор II:

- **Искате да спечелите доверието на местните жители и работа в селото.**
- **Искате да ръководите местна група бойци.**
- **Искате да станете част от група ловци.**
- **Искате да станете част от група събирачи.**
- **Искате да станете част от новосформирана група за договаряне на условията с колонизаторите.**

Можете също така да измислите свой собствен ситуационен контекст, който да се вписва в рамката на историята.





МОДУЛ 7

СЪТРУДНИЧЕСТВО

(НИВО 2)



Модул 7: Сътрудничество (ниво 2)

Дейност	Мин.	Описание	Материали
Историята и цел на деня M7/1 	5	Сюжетна линия: "В момента ние, експедиционна група, сме на пътешествие в тропическата гора в търсене на непознато племе. Не знаем какво характеризира племето, как изглеждат хората в него, с какво се занимават, така че не знаем къде да го търсим. Тръгваме към гората, следвайки единствено интуицията си, знанията, които получихме в подготвителния курс, и малкото информация, която изследователският екип успя да разбере от местното момиче." Цел на деня: Да се научат начините/методите за ефективно сътрудничество	За разпечатване: Пътешествие в дъждовната гора - 1x на формат A4
Дейност за загарване	10	"За да работим добре заедно, трябва да имаме доверие в екипа си. Нашият екип е преминал през много ситуации, в които доверието между нас е нараснало. Въпреки това доверието трябва постоянно да се поддържа и укрепва. Така че нека да изиграем дейност, в която се разделяте по двойки. Единият от двойката ще бъде със завързани очи, а другият ще може да вижда. Задачата на слепия е да отиде до края на стаята, да намери моливника/чашата/писеца и да ги върне на този, който вижда. Този, който може да вижда, има задачата да напътства този, който не вижда." По-предизвикателна версия 1: На този със завързани очи не е позволено да говори, но двойката предварително се договаря за сигнали - звуци, които означават отделни команди. <i>Например:</i> Аааа - стоп Уууу - напред Ръкопляскане 2 пъти - наляво И така нататък.	Превръзка за очите Предмет за всяка двойка





		По-предизвикателна версия 2: Когато играчите със завързани очи пристигнат на мястото, вземат предмета, а преподавателят сменя навигаторите за пътя наобратно. Тези, които са с вързани очи, не знаят какво се случва. Момент на изненада и евентуално последващо улеснение (Как се почувствахте, когато някой друг ви навигираше? ...)	
Ролева игра M7/2 	25	Играчите ще играят групова ролева игра, която се фокусира върху сътрудничеството и преговорите в предизвикателна ситуация. Ролевата игра се преплита с типологията на цветовете. Помолете играчите да се разделят на 4 приблизително еднакви по големина групи според цветовата типология. За предпочитане е тези, които са били определени като червени, да бъдат в червения отбор, зелените - в зеления и т.н. Малко вероятно е да се формират еднакви по размер групи, така че всеки цвят да има еднакъв брой представители. Затова помолете някои играчи да се опитат да играят за друг цвят и да се поставят в група с различен цвят от този, който са получили във въпросника. Важно е групите в края да са приблизително еднакви по големина: сини, зелени, жълти и червени. Всяка група ще получи свой собствен групов герой с предложено решение (приложен документ) и описание на цвят от типологията. След това всяка група заема позиция и действа според това, което е типично за този цвят от типологията, и се опитва да прокара своето решение. Прочитате на всички играчи ситуацията, в която се намират (тя се съдържа и в документа, който са получили): <i>"Навлизаме по-дълбоко в джунглата и се</i>	За разпечатване: - Ролева игра - за всяка група и за фасилитатора - Пътешествие в дъждовната гора - 1x на формат A4



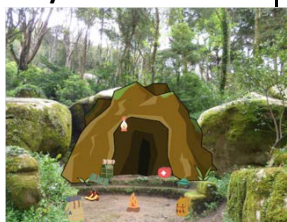


		натъкваме на река, която препречва пътя ни. Реката е широка и бързо течаща, което я прави твърде опасна за преминаване без подходящо оборудване или стратегия. Все пак забелязваме импровизиран въжен мост, който виси нестабилно над реката и изглежда е построен от предишна експедиция. Мостът изглежда нестабилен и не е безопасен за преминаване." Задачата на всички е да се споразумеят как да разрешат ситуацията, в която се намират. Те разполагат с 15 минути.	
Размисъл	10	Задайте въпроси на участниците, за да им дадете възможност да обработят опита си от тази дейност. Примери за въпроси, които можете да зададете: Какво се случваше между вас? Кой на кого се опитваше да повлияе? Как се почувствахте в тази ситуация? Как ви повлия фактът, че някой друг има различни изисквания от вас? Как ви се отрази сътрудничеството във вашата група? Как се чувствате, когато играете роля с различен цвят от този, който ви е даден във въпросника? Как стигнахте до решението? Какви бяха стратегиите ви? Какво е хубавото в синия цвят? А в другите? Какви са техните предимства? А слабите им страни? Какво беше важно за намирането на решение? Кой беше вашият съюзник в преговорите?	
Почивка	10		
Видео: Теория на победата	10	Видео	
Къде ще лагеруваме?	25	Ще направим лагер под някоя скала или в тропическата гора? Разделете групата на две по-малки групи.	Хартия Канцеларски материали
M5/3			



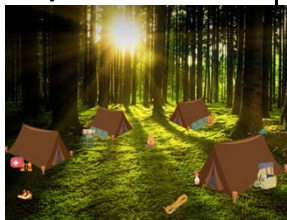


M7/4a



или

M7/4b



"Експедицията ни успешно прекоси реката, която така неумолимо се изпречи на пътя ни. Минахме през горските кътчета покрай реката на север, за да не изгубим посоката, в която се намира селото. Слънцето бавно се скриваше и беше време да помислим къде ще прекараме нощта. Но слънцето наистина залязва и нямаме много време да мислим. Трябва да решим къде да лагеруваме, а имаме два варианта: дали ще е под една скала в края на поляната, или в гората?"

"Едната половина от вас иска да лагерува под някоя скала, а другата - в гората. Къде ще спите? Кое решение според вас е най-добро?"

Слънцето е залязло и след няколко минути ще се стъмни. Имате няколко минути, за да решите къде да спите, защото след като се стъмни, ще бъде много трудно да си направите лагер за през нощта."

Задачата на цялата група е да реши къде да спи. Оставете участниците да дискутират известно време. "Каква стратегия за сътрудничество и договаряне ще изберете, за да направите договарянето по-лесно този път? Какви нови прозрения ще използвате?"

Дайте на всяка група по **един лист хартия** и им кажете да напишат на него въпроси, които могат да използват в тази дейност. Използвайки въпросите, участниците могат да разберат от какво се нуждае другата група, какво е важно за нея и защо.

"Как ще се справите със ситуацията, ако се разбирате на ниво потребности?"

Можете да задавате въпроси и да насочвате участниците:

"Как се опитвате да се справите с тази ситуация, когато вече сте чували за теорията на победата и комуникацията, основана на нуждите?"

За разпечатване:

- Пътешествие в дъждовната гора - 1x на формат A4



Co-funded by
the European Union



		Накрая оставете участниците да ви кажат до какво решение са стигнали. Къде ще спят? Според тяхното решение залепете изображението върху дъската за визуализация.	
Размисъл	10	Задайте въпроси на участниците, за да им дадете възможност да преработят опита си от тази дейност. Примери за въпроси, които можете да зададете: <i>Как беше дейността за вас?</i> <i>Какво е по-различното в този случай от предишния?</i> <i>Какво направихте по различен начин?</i> <i>Как се подготвихте за преговорите?</i> <i>На каква основа успяхте да постигнете споразумение?</i> <i>Каква беше стратегията ви?</i> <i>Какво можете да вземете от това в ежедневието си?</i> <i>Какво е важно за вас в това отношение?</i>	
Почивка	10		
Видео: Стратегии за разрешаване на конфликти	10	Видео	Видео - Стратегии за разрешаване на конфликти
Примери за разрешаване на конфликти	15	Разделете участниците на двойки/тройки и им възложете дейност: Предложете примери за ситуации за всяко разрешаване на конфликти. Как може да изглежда едно компромисно решение? Чрез конкуренция? Чрез сътрудничество? Чрез приспособяване, компромис или избягване? Примерите, които можете или не можете да използвате като ръководство, можете да намерите в приложения документ "Примери за ситуации". В края на дейността участниците споделят помежду си примерите, които са измислили.	Хартия Канцеларски материали За разпечатване: • Работен лист "Стратегии за справяне с конфликти" - за всяка двойка/тройка • Примери за ситуации - 1 път за фасилитатора





Карти	10	Дайте на участниците карти, които могат да бъдат направени от хартия А4. Нека работят самостоятелно, за да напишат на картата какво според тях е доброто сътрудничество. След това нека споделят индивидуалните си наблюдения в групата.	Хартия/карти А4 Канцеларски материали
Размисъл М7/5  М7/6 	5	Какво си взехте от този модул? Изразете с една дума как ви се сториха дейностите. <i>"На следващата сутрин едно момиче от експедицията се събуди и отиде да се измие в близкия поток. Някой вече беше при потока... тя помисли, че е някой от екипа, затова поздрави, но човекът не се обърна. Беше странно... Едва когато се приближи, разбра, че това не е никой от тях, а момичето, с което се бяха сблъскали Бара и изследователският екип.</i> <i>Момичето я видя, но не се уплаши. Тя бавно се приближи до нея и я попита дали знае какво търсят. За нейна голяма изненада тя отговорила, че знае, че търсят нейното село. Затова момичето изтича до лагера, за да събуди останалите и да ни каже какво се е случило. Но никой от нас не ѝ повярва, а решихме, че просто е сънувала...</i> <i>Е, когато малко по-късно момичето тихо влезе в лагера и се появи сред нас, останахме в нямо изумление...</i> <i>"Знам какво и кого търсите. Ще ви заведа там..."</i> <i>Не казахме нищо, просто си събрахме нещата и отидохме там, където ни водеше момичето.</i> <i>Дълго, много дълго време момичето ни водеше по малки пътечки наред гората. Там, където си мислехме, че няма пътека, тя просто вървеше и откриваше скрити проходи. Така вървахме, докато не видяхме светлина някъде там, в мъглата... в края на пътеката...</i>	За разпечатване: Пътешествие в дъждовната гора - 1x на формат А4



Ролева игра: Екип на експедиция в джунглата

Ситуация: Когато екипът на експедицията навлиза по-дълбоко в джунглата, той се натъква на река, която препречва пътя му. Реката е широка и бързо течаща, което я прави твърде опасна за преминаване без подходящо оборудване или стратегия. Въпреки това те забелязват, че над реката виси несигурно временен въжен мост, очевидно построен от предишна експедиция. Мостът изглежда нестабилен и не е безопасен за преминаване.

ГРУПА 2

Червен (ръководител)

- има ясни цели и виждания
- има нужда от предизвикателства
- обича усещането за власт или контрол
- разбира системите и знае как да ги използва
- общува добре
- обича да следва модните тенденции
- най-често на ръководни позиции

Поемане на риск: Тези членове вярват, че трябва да поемат рискове, за да постигнат целите си. Те предлагат да преминат по въжения мост въпреки очевидните му опасности и твърдят, че могат да се движат бързо и да избегнат всички потенциални заплахи, които ги дебнат в джунглата.



Co-funded by
the European Union



Ролева игра: Екип на експедиция в джунглата

Ситуация: Когато екипът на експедицията навлиза по-дълбоко в джунглата, той се натъква на река, която препречва пътя му. Реката е широка и бързо течаща, което я прави твърде опасна за преминаване без подходящо оборудване или стратегия. Въпреки това те забелязват, че над реката виси несигурно временен въжен мост, очевидно построен от предишна експедиция. Мостът изглежда нестабилен и не е безопасен за преминаване.

Група 2

Син (мислител)

- удобен
- ориентиран към детайлите
- обича диаграми, числа, таблици, факти
- по-интровертен
- предпочитат тихо събиране на няколко приятели, а не голяма компания
- харесва системата, традициите
- отличен счетоводител, адвокат, учен, програмист

Решаване на проблеми: Тази група е аналитична и практична. Те предлагат да се проучи мостът за слаби места и да се укрепи с материали, намерени в джунглата, като лиани или клони, за да стане по-безопасен.





Ролева игра: Екип на експедиция в джунглата

Ситуация: Когато екипът на експедицията навлиза по-дълбоко в джунглата, той се натъква на река, която препречва пътя му. Реката е широка и бързо течаща, което я прави твърде опасна за преминаване без подходящо оборудване или стратегия. Въпреки това те забелязват, че над реката виси несигурно временен въжен мост, очевидно построен от предишна експедиция. Мостът изглежда нестабилен и не е безопасен за преминаване.

Група 3

Зелен (поковител)

- трябва да знае фактите, но взема решения въз основа на емоции.
- те се фокусират главно върху настоящето
- често мислят повече за другите, отколкото за себе си
- довършва нещата
- отличен слушател
- най-често учител, държавен служител, психотерапевт, работещ в сферата на помагащите професии

Дипломати: Тази група има опит в разрешаването на конфликти и комуникацията. Те предлагат екипът на експедицията да се раздели на по-малки екипи, които да проучат двата бряга на реката, да съберат информация за потенциалните опасности и алтернативните маршрути и след това да вземат съвместно решение.



Co-funded by
the European Union



Ролева игра: Екип на експедиция в джунглата

Ситуация: Когато екипът на експедицията навлиза по-дълбоко в джунглата, той се натъква на река, която препречва пътя му. Реката е широка и бързо течаща, което я прави твърде опасна за преминаване без подходящо оборудване или стратегия. Въпреки това те забелязват, че над реката виси несигурно временен въжен мост, очевидно построен от предишна експедиция. Мостът изглежда нестабилен и не е безопасен за преминаване.

Група 4

Жълт (социализатор)

- екстроверт
- обича да е център на внимание
- нуждае се от признание от околните
- оптимист
- често се ръководи от интуицията си
- роден артист, творец, бизнесмен
- представя се много добре

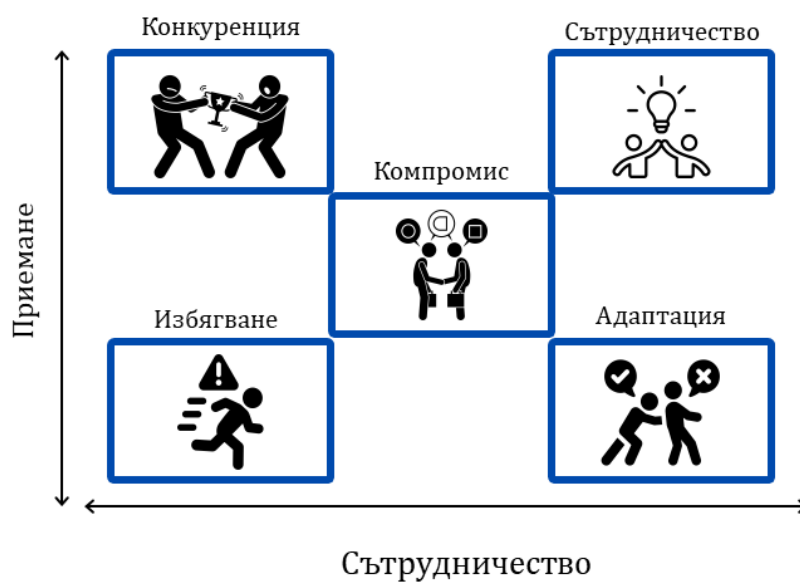
Авантюристи/приключенци: Тази група е авантюристична и любопитна към непознатото. Те предлагат да се проучи течението на реката, за да се види дали има по-безопасно пресичане или естествен мост от паднали дървета или камъни.



Co-funded by
the European Union



Стратегии за управление на конфликти



Co-funded by
the European Union



Примери за стратегии за конфликтни ситуации

Представете примери за ситуации за всяка стратегия за разрешаване на конфликти.

Конкуренция

- Ако някой е изпаднал в безсъзнание и хората спорят какво да правят, можете да помогнете на човека да получи по-бързо медицинска помощ, ако се осмелите да поемете отговорност.
- Някой защитава прекалено много своите идеи или мнения и става агресивен, когато му се възрази или не се съгласи с тях
- Когато знаеш, че си прав и залогът е голям, трябва да отстояваш позицията си...

Сътрудничество

- Ако някой е възмутен от дадена идея, но вижда, че тя засяга и други хора, той решава да работи с тях за алтернативни решения, за които могат да се споразумеят взаимно.
- Ако някой е натоварен с твърде много работа, той ще обсъди проблема с работодателя си и ще се опита да намери среден вариант, вместо да напусне.

Компромис

- Възможно е и двамата с ваш колега да се интересувате от ръководството на предстоящ проект. Може да се съгласите да го ръководите заедно или единият от вас да ръководи този проект, а другият - следващия.
- Две компании могат да си сътрудничат в маркетинговите дейности, когато и двете искат да привлекат повече клиенти.

Адаптация

- Ако по време на среща повдигнете идея за бъдещ проект и някой от колегите ви каже, че според него тя ще има отрицателно въздействие, можете да разрешите конфликта, като отмените първоначалната идея.
- Ако колега трябва да отсъства от работа поради неизбежни обстоятелства и вие се съгласите да го заместите/да свършите работата му вместо него, дори ако вие и колегата не сте близки приятели.
- Ако даден проект трябва да бъде завършен и вие ще направите „всичко“, за да го осъществите.





Избягване

- Въпреки че е малко вероятно да се сблъскате с тези сценарии на работното място, те могат да се случат в ежедневието. Например представете си, че пътувате в автобус на градския транспорт и пътникът до вас пуска силна музика. Вероятно никога повече няма да се сблъскате с този човек, а целта ви за приятно пътуване с автобуса не е особено спешна. Избягвайте конфликта, като не обръщате внимание на музиката, което е приемлив вариант.
- Когато малките проблеми отнемат твърде много време и усилия, за да доведат до резултати.
- Когато в конфликта има един или повече членове, които открито отхвърлят всякакви варианти за разрешаване на конфликта и не желаят да се изслушват. Това води до отлагане на срещата/дискусията за разрешаване на конфликта за по-късно. За вас е по-лесно да не разрешавате конфликта с тази група.





МОДУЛ 8

КРЕАТИВНОСТ

(НИВО 2)



Модул 8: Креативност (ниво 2)

Дейност	Мин.	Описание	Материали
Въведение M8/1 	5	Добре дошли в модул 8 „Креативност“! Направете кратък преглед на постигнатото до сега и запознайте участниците с историята за днес. <i>"Момичето ни поведе към портите на селото. Охраната я пусна, но ние трябваше да останем навън. Момичето ни каза, че задачата, която трябва да изпълним, за да накараме пазачите да ни пуснат в селото, е да изиграем емоционална пантомима..."</i>	За разпечатване: Пътешествие в дъждовната гора - 1x на формат A4
Емоционална пантомима M8/2  M8/3	15	Участниците сядат в кръг, един от тях тегли карта с емоция и задачата му е да я представи по начин, по който останалите да я отгатнат. Постепенно участниците се редуват, така че всеки да представи поне веднъж или докато картите с емоции се изчерпят. Накрая проведете кратка дискусия по следния въпрос: <i>Как можем да разпознаваме емоциите на другите?</i> Можете да използвате и допълнителни въпроси, например: <i>Какво ви беше трудно в разпознаването на емоциите?</i> <i>В какво сгрешихте?</i> <i>Какво сте направили добре и защо?</i> <i>"Успешно изпълнихме задачата и стражите ни пуснаха в селото. Когато влязохме в селото, бяхме изумени. Селото изглежда красиво и същевременно интересно. От пръв поглед забелязахме, че наистина... хората изглеждат добре, усмихват се, щастливи са... Какво може да е това?"</i>	За разпечатване: - Кarti с емоции - 1x за цялата група - Пътешествие в дъждовната гора - 1x на формат A4



Co-funded by
the European Union

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA. No. 2023-1-BG01-KA220-VET-000160890



		Момичето ни отвежда до една от палатките, където трябва да се настаним. Изглежда, че селото е било подготвено за нашето посещение и че всички ни очакват тук. А дали наистина е така? Не трябва ли да внимаваме да не ги изплашим? Не трябва ли да се опитаме да ги разберем? Да ги наблюдаваме как работят, да ги разбираме? Излизаме от палатката и започваме да наблюдаваме останалите. В същото време се опитваме да разберем как работят местните хора...	
Племенни емоции, част I	5	Участниците сядат в кръг. Представете последователно следните ситуации и попитайте групата как биха се почувствали в съответната ситуация. Насърчаваме ги да изброят няколко различни емоции, които човек може да изпита в ситуацията. - Ти беше единственият, който се провали на трудния тест за смелост още от първия път. - Най-добрият ти приятел е приет за ученик на велики шамани от далечно племе. Той отдавна е искал това, заминава следващата седмица и не знаеш кога ще го видиш отново. - За пръв път ще участваш в истински многодневен лов с племенни ловци в отдалечени джунгли. В заключение обобщете, че всички ние сме различни, имаме различен опит, предпочитания и т.н. Затова всеки от нас може да се чувства различно дори в една и съща ситуация. Представете емпатията като умение, което ни помага да съчувстваме на другите.	
Видео: Емпатия и	10	Пуснете видеоклипа Empathy and Nonviolent	Видео





<u>ненасилствена комуникация</u>		<u>Communication (Емпатия и ненасилствена комуникация).</u>	
Племенни емоции, част II	10	Участниците сядат в кръг и образуват двойки със съсед. Всяка двойка тегли карта от тестето със ситуационни карти. Човекът, който е изтеглил картата, разиграва какво се е случило и как се чувства. Другият от двойката отговаря по разбиращ и подкрепящ начин, като по този начин се упражнява емпатия. Всички двойки се редуват. След това направете кратка дискусия. Можете да зададете следните въпроси: <i>Как беше дейността за вас?</i> <i>Как успяхте да прецените чувствата на другия човек?</i> <i>Как намирате емпатичните отговори?</i>	За разпечатване: • Ситуационни карти - 1x за цялата група • Изрежете картите
Племенни емоции III.	60	Участниците ще бъдат разделени по двойки. На всяка двойка се дават по 3 карти със ситуации и един разпечатан лист с племенни емоции реакции на ситуации. Задачата им е да измислят как биха могли да се справят със ситуацията, използвайки принципите на ненасилствената комуникация, и да я запишат според шаблона. За всяка ситуация те ще измислят формулировки за: 1. наблюдения, 2. чувства, 3. нужди, 4. искания. След това всяка от двойките ще представи своите ситуации като ролева игра. Групата се поставя в ролята на този, който получава и споделя информацията, как би се почувствал, как би реагирал, какво би трябвало да промени, за да бъде посланието ясно и в същото време уважително.	За разпечатване: • Племенни емоции_реакции на ситуации - 1 път за цялата група • Ситуационни карти – от предната дейност; раздайте колкото е необходимо
Почивка	15		
Размисъл	10	Задайте въпроси на групата, за да им помогнете да осмислят темата за емпатията и ненасилствената комуникация и да подпомогнете пренасянето на новите знания в	





		ежедневието им. Примери за въпроси, които можете да зададете: <i>Какво означава за вас ненасилствената комуникация?</i> <i>Какви са нейните предимства?</i> <i>В кои конкретни ситуации в живота ви може да ви помогне?</i> <i>Какви са според вас пречките пред използването на ненасилствената комуникация в реалния живот?</i>	
Метод „5 защо“ - въведение M8/4 	10	<i>"Прекарваме целия ден в наблюдение на това как се държи племето, какво прави, как хората общуват помежду си, как комуникират, кой какви роли има и т.н. Търсим тайната им! Когато момиченцето дойде да ни види по-късно този следобед, тя ни разказа за един от проблемите, с които се е сблъскало селото и са им били необходими няколко години, за да разберат причината за него. "Знаете ли за някакъв начин, който би ни помогнал в бъдеще да стигнем по-бързо до корена на проблема?"</i> Представете метода "5 Защо" като прост и ефективен инструмент, който се използва за откриване на истинската причина за проблема. Раздайте на всички разпечатано копие на документа "Метод на 5-те защо" и го разгледайте заедно. Нека участниците да помислят за друг проблем, с който се сблъскват, да го напишат на дъската/флипчарта и да опитат заедно да приложат метода на 5-те защо - напишете всяка причина и крайното решение на дъската. Демонстрирайте, че ако се бяхте спрели само на първата причина, решението, което сте измислили, нямаше да реши истинската причина за проблема.	За разпечатване: Метод „5 Защо“ - 1 път за всеки участник
Метод на 5-те защо - племенни проблеми	20	Разделете участниците на групи от по 2-3 души. Всяка група ще получи разпечатан документ	За разпечатване: Метод на 5-те





		Метод 5 защо работен лист. Раздайте им документа така, че да не могат да видят какво има на него. Обяснете правилата на дейността: Всяка група има едно и също задание. Има 3 проблема, като задачата им е да открият истинските причини и да предложат решения, като използват метода "5 защо". Дейността се измерва с време, печели първата група, която приключи. След това разгледайте и трите ситуации. Всяка група споделя до какви причини е стигнала и какви решения е предложила. Това показва, че причините, а следователно и решенията на привидно еднакви ситуации, могат да бъдат много различни за всеки от нас и че първата причина, която ни идва наум, не е това, което наистина трябва да адресираме, за да решим проблема.	защо_работен лист - по 1 брой за всяка група
Размисъл	10	Задайте въпроси на групата, за да им помогнете да осмислят това, което току що са научили и да подпомогнете пренасянето на новите знания в ежедневието им. Примери за въпроси, които можете да зададете: <i>Какво научихте за намирането на решения на проблемите?</i> <i>Как можем да открием истинската причина за даден проблем в ежедневието?</i> <i>Какво се случва, когато предложим решение, без да открием истинската причина за проблема?</i> <i>Ами ако решението, което прилагаме, не работи?</i> <i>Кога в живота си сте се сблъскали със ситуация, в която приложеното решение не е решавало проблема? Какво се е объркало?</i>	





щастлив



тъжен



ядосан



объркан



развълнуван



уплашен



неспокоен



смутен



горд



ревнив



изнервен



разочарован



нервен



любопитен



облекчен



отегчен



самотен



обнадежден



благодарен



претоварен



погнусен

Твой приятел не
те е поканил на
парти за
рождения си
ден.



Твоят брат или сестра
са взели любимия ти
музикален
инструмент без
разрешение и
случайно са го
развалили.



Докато събирате
плодове, един от
членовете на
племето те
обвинява, че само
ядеш, а не
събираш.



Член на племето
ви е присвоил
улова ти и
твърди, че е
уловен от него.



Приятел е
публикувал твоя
снимка по време
на парти без
твоего
разрешение.



Най-добрият ти
приятел
прекарва повече
време с други
хора, а ти се
чувстваш
изоставен.



Твой приятел е
разбрал
погрешно нещо,
казано от теб и
сега ти е ядосан.



Планирали сте
нещо с приятел, но
сега се налага да го
отмените поради
семеини
ангажименти.



Приятел
продължава да
взима назаем
вещите ти без
разрешение и
това те дразни.



Чувстваш се
изолиран, всички
твои приятели
участват в
племенната
дейност, а само ти
не.



Приятел е
разкрил тайна,
която ти си му
доверил.



Имаш чувството,
че мнението ти
не се зачита по
време на
дискусиите в
племето.



Родителите ти
имат високи
очаквания за
способностите ти
и ти се чувстваш
под напрежение.



Приятел е
присвоил най-
добрите
продукти от
общата ви
колекция.



Родителите ти не
те слушат, когато
се опитваш да им
обясниш, че имаш
нужда от повече
независимост.



Често допринасяш
със знанията си по
време на ритуали,
но усещаш, че някои
членове на племето
не те оценяват.



Не си бил включен
в подготовката на
важен ритуал,
въпреки че си
имал желание.



Получил си
нараняване по
време на лов, а
други го
омаловажават.





Племенни емоции – реакции на ситуации

СИТУАЦИЯ 1:

Наблюдение (какво се е случило):

Чувства (как се чувствате):

Нужди (от какво се нуждаете):

Искания (какво бихте искали):



Co-funded by
the European Union



СИТУАЦИЯ 2:

Наблюдение (какво се е случило):

Чувства (как се чувствате):

Нужди (от какво се нуждаете):

Искания (какво бихте искали):



Co-funded by
the European Union



СИТУАЦИЯ 3:

Наблюдение (какво се е случило):

Чувства (как се чувствате):

Нужди (от какво се нуждаете):

Искания (какво бихте искали):



Co-funded by
the European Union

Метод “5 защо”

Методът "5 защо" се състои в многократно задаване на въпроси "защо" при възникване на проблем, за да се преодолеят очевидните симптоми и да се открие първопричината за възникването му.

1. Идентифициране на проблема

- Напишете конкретния проблем, с който се сблъсквате.
- Пример: "Чувствам се уморен/а".

2. Попитайте “Защо?”

- Попитайте защо се случва проблемът и запишете отговора.
- Повтаряйте този процес, докато не попитате „Защо?“ пет пъти.

3. Разбиване на проблема

- Всеки път, когато получите отговор, попитайте отново "Защо?", за да се задълбочите в проблема.
Уверете се, че всеки отговор е логичен и се основава на фактическа информация.

4. Определете първоначалната причина

- След пет повторения трябва да стигнете до основната причина за проблема.
- Пример: „Не разбирам законите на Нютон.“

5. Потърсете решение

- Въз основа на основната причина измислете практическо решение.
- Пример: "Ще си уредя обучителни консултации, за да разбера по-добре законите на Нютон."

Проблем: Чувствам се уморен/а.

1. Защо?

Защото... не спя достатъчно.

2. Защо?

Защото... си лягам късно.

3. Защо?

Защото... до късно си пиша домашното по физика.

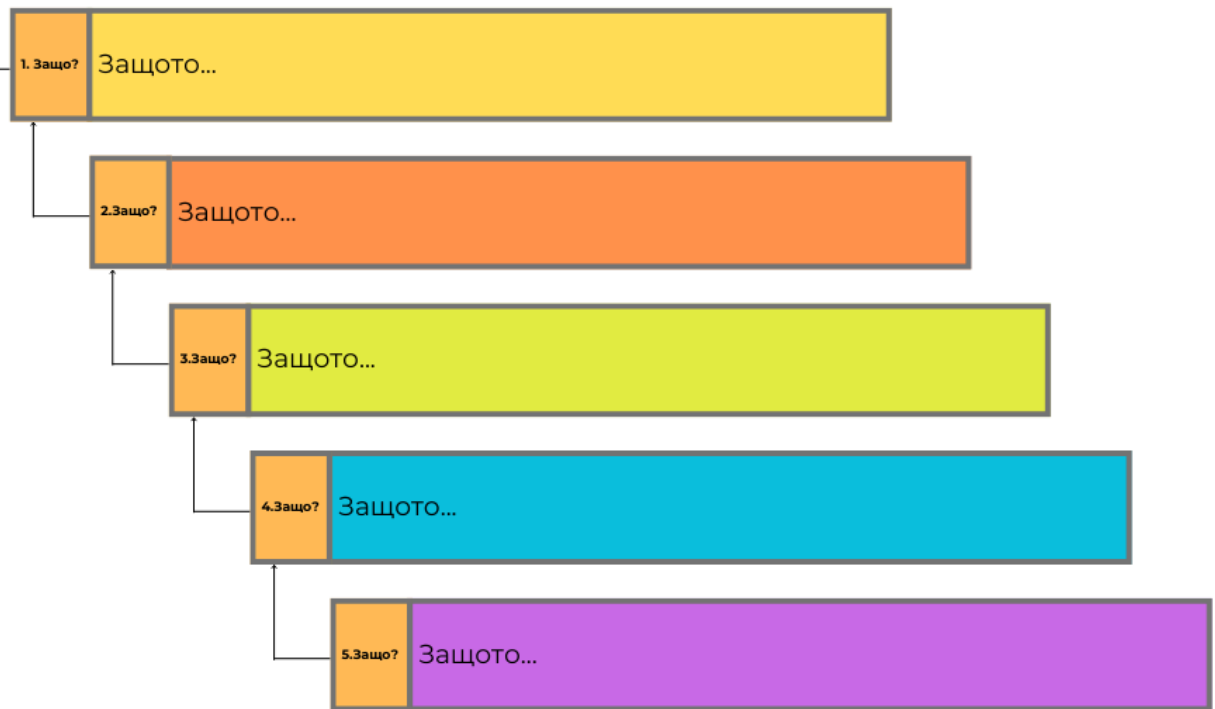
4. Защо?

Защото... откакто се върнах в клас след боледуване, се чувствам изгубен/а в темата.

5. Защо?

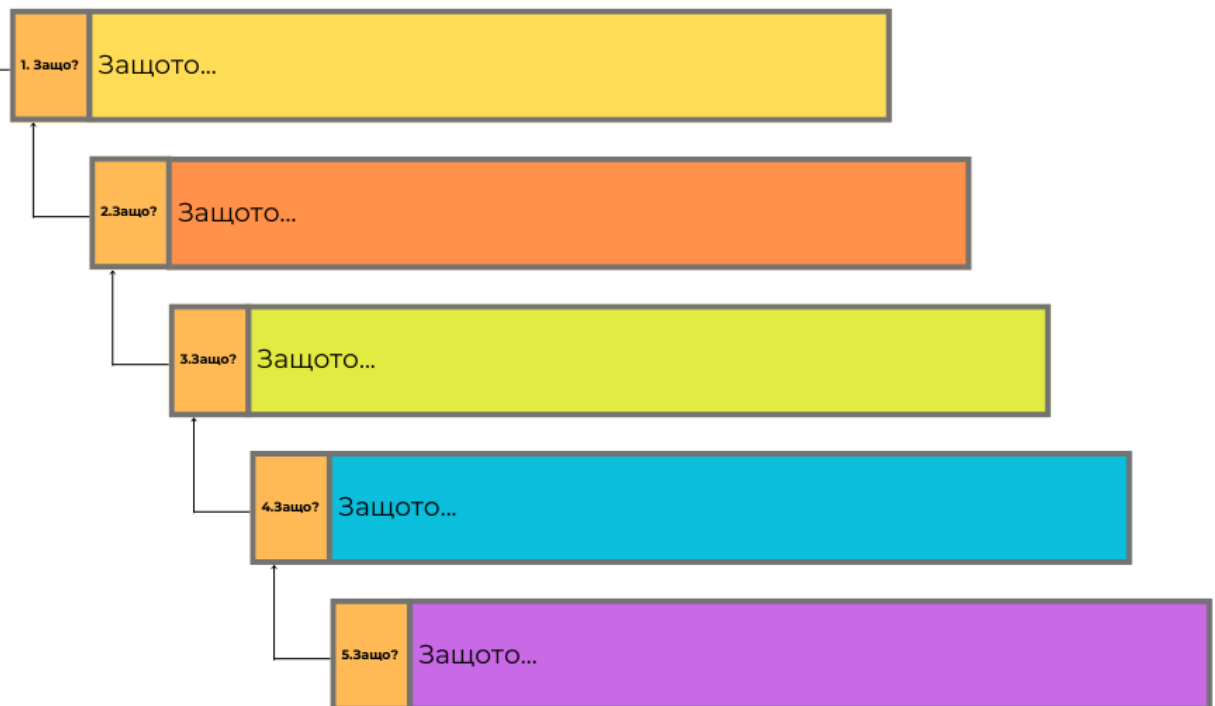
Защото... не разбирам законите на Нютон.

Проблем: Риболовната мрежа се повреди много бързо.



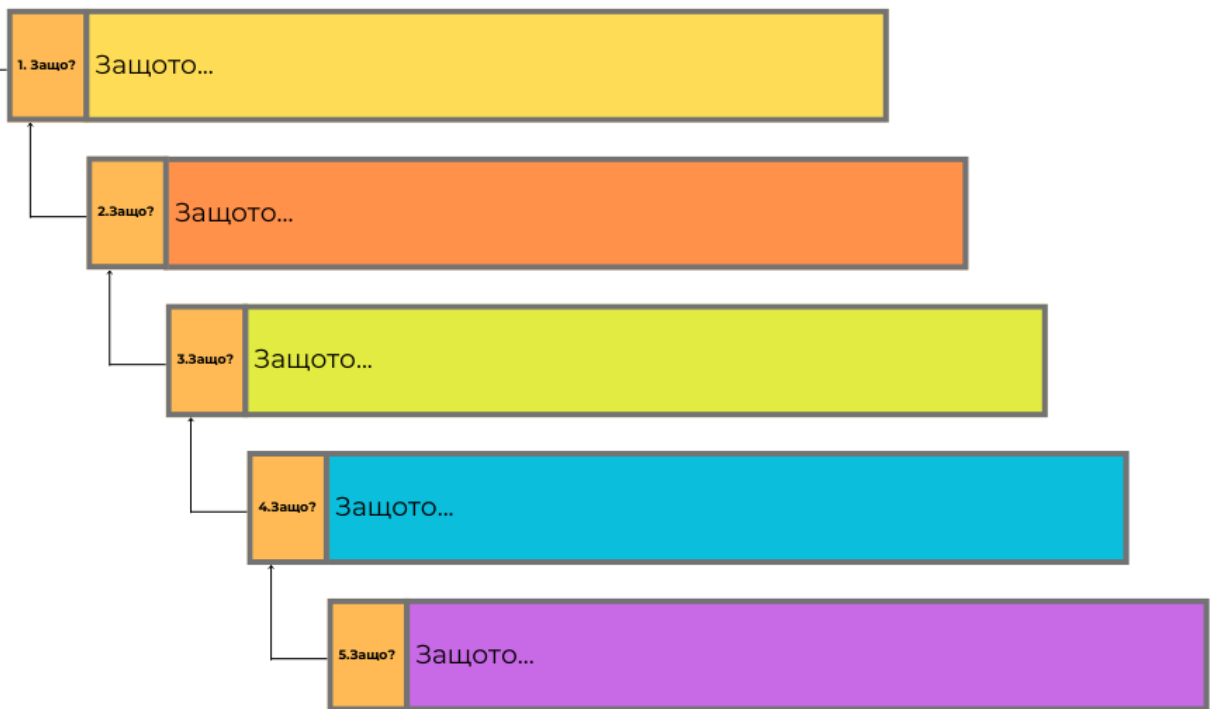
Решение 1:

Проблем: По време на лов ни свърши водата за пиене.



Решение 2:

Проблем: Лечебните билки нямаха никакъв ефект.



Решение 3:



МОДУЛ 9

КРИТИЧНО МИСЛЕНЕ

(НИВО 2)



Модул 9: Критично мислене (ниво 2)

Дейност	Мин.	Описание	Материали
История и цел на деня 	5	"Въз основа на вашите проучвания изглежда, че в това мистериозно село има нещо, което може да бъде от съществена полза за нашата цивилизация. Днес е последният ви шанс да разкриете тази тайна и може би да получите нещо, което ще промени бъдещето ви..." Цел: да се упражнят методите за проверка на източниците на информация.	За разпечатване: Пътешествие в дъждовната гора - 1x на формат A4
Дейност за загряване - Мозъчна загрявка	30	"Мозъчна загрявка" е забавна дейност, която ще ни помогне да разгледаме заедно теорията на критичното мислене. Определете 5 станции в стаята, като на всяка от тях има карта с въпрос или задача. Участниците ще имат 7 задачи, от които да избират. Разделете участниците на двойки или отбори от по 3 души. Всеки отбор отчита времето, което му е необходимо, за да изпълни дейностите и да достигне финалната линия. Цел на дейността: разгръчане на мозъка, опит за решаване на възможно най-много задачи (задачите могат да се подреждат в произволен ред).	Канцеларски материали За разпечатване: - Мозъчна загрявка_задачи - за всяка двойка/трио участници и фасилитатора - Мозъчна загрявка_отговори - 1x за фасилитатора
Критично мислене - какво вече знаем (обобщение)	5	Припомнете на участниците десетте заповеди и работния лист от Модул 5 - разгледайте заедно като група какво си спомнят, какво смятат за важно, дали са имали възможност да опитат нещо от миналия път, да го използват, да забележат нещо и т.н. - споделяне. Използваме работния лист от Модул 5 като ръководство.	Критично мислене _Работен лист (Модул 5) - 1 път за фасилитатора
Видео: Критично	20	Теория: Как да оценяваме източниците на	ВИДЕО: Критично





мислене II - Удостоверяване на източника		информация и да проверяваме достоверността на фактите	мислене II
Дискусия	5	Примери за въпроси, които можете да използвате: <i>Какво ви се стори интересно във видеоклипа? Какви са някои от последиците от разпространението на фалшиви новини, които виждате около вас или в обществото като цяло? Проверявали ли сте някога истинността на информация (от интернет или от приятели/семейство)? Как сте постъпили? Въз основа на видеоклипа, кой(и) метод(и) бихте избрали, за да проверите истинността на информацията?</i>	Подготвени въпроси
Критично мислене Работен лист II	20	Раздайте на всеки участник Критично мислене Работен лист II . Те ще трябва да прочетат препоръките, принципите и да решат задачите. След като попълнят работния лист, разгледайте отговорите заедно.	Канцеларски материали За разпечатване: • Критично мислене Работен лист II - за участниците и фасилитатора
Почивка	10		
Фалшиви новини и тяхното разпространение	25	<i>"През цялото време се чудехме каква може да е тайната на племето. Това е толкова голямо нещо, което може да промени живота ни... Кой се осмелява да попита Шамана за нея? И има ли всъщност тайна? Или просто сме я разпространили помежду си и сега сме се привързали към нея дотолкова, че вярваме, че тя трябва да е истина... С какви доказателства разполагаме, че в това село е скрита тайна рецепта/загадка, че жителите му живеят до дълбока старост и постоянно се усмихват? Дали не е просто защото може би те не броят годините и дните като нас и затова не можем да кажем колко</i>	





		дълго живеят? А това, че винаги са усмихнати и изглеждат спокойни, може би се дължи само на нашето възприятие? Това напомня ли ни за нещо? От живота ни в Европа? Не е ли това начинът, по който се разпространяват фалшивите новини?" Как се разпространяват фалшивите новини? - Задайте този въпрос на групата и участниците трябва да се опитат да предложат отговори (напр. чрез известни верижни имейли, споделяне в социални мрежи, споделяне в медиите...). Разделете участниците на две групи. Как бихте разпространили най-ефективно фалшиви новини - едната група мисли как би разпространила фалшиви новини в село в тропическата гора, а другата група мисли как би го направила на мястото, където се провежда това обучение (в града). След това всяка група представя своята идея.	
Размисъл	10	Примери за въпроси, които да зададете на групата: Какви методи и начини бихте използвали за разпространение на фалшиви новини? Има ли разлики в зависимост от средата? Какво чуват хората, в какво вярват? И как бихте предотвратили разпространението?	
Призивът на шамана - Десетте заповеди на критичното мислене I M9/2	20	"Шаманът вижда, че вие сте добри хора. Справяли сте се с трудни задачи, мислите мъдро по важни въпроси, които са от решаващо значение за бъдещото оцеляване на племето. Шаманът отправя предизвикателство към експедиционната група: научете ни, а в замяна ние ще ви разкрием нашите тайни - какво бихте препоръчали на племето, какви са принципите на критичното мислене, за да се предпазим от колонизаторите, лъжите, манипулациите и	Документи Канцеларски материали За разпечатване: Пътешествие в дъждовната гора - 1x на формат A4





		съвременните медии." <i>Е, вижте... ето я тайната...</i> В групи от по трима души участниците трябва да създадат максимум 10 препоръки за критично мислене.	
Почивка	10		
Призивът на шамана - Десетте заповеди на критичното мислене II М9/3 	20	След това всяка група трябва да споделят своите 10 препоръки с цялата група и всички заедно да изберат максимум 10 препоръки, които да дадат на Шамана и неговото племе.	За разпечатване: - Десетте заповеди на критичното мислене (пример) - 1x за фасилитатора - Пътешествие в дъждовната гора - 1x на формат А4
Размисъл М9/4 	20	Примери за въпроси за размисъл: <i>Доколко сте доволни от качеството и функционалността на препоръките, които сте направили за Шамана?</i> <i>Какво е необходимо, за да бъдат изпълнени/приети всички препоръки?</i> <i>Какво ви помага лично на вас, за да ги изпълнявате?</i> <i>Как бихте могли да използвате тези препоръки?</i> <i>Какво ви е необходимо за това?</i> <i>"А аз, Шаманът на това племе, ти давам тайната, която си придобил благодарение на своята мъдрост, екипна работа и умения - пергамент, завързан с панделка."</i> В края на размишлението участниците получават от шамана свитък с надпис IKIGAI. Смята се, че това е тайната на тяхното племе.	Подготвени въпроси За разпечатване: - Икигай - руло, вързано с панделка - 1x за цялата група - Пътешествие в дъждовната гора - 1x на формат А4



Крайна дискусия	10	Разположете участниците в кръг и започнете дискусия. Примери за въпроси към групата: Какво ще си взема днес от това обучение? Какво ще използвам наученото в реалния живот? Какво разбрах? Какво ще променя въз основа на това, което научих днес? ... Всеки участник трябва да сподели минимум 1 нещо.	
-----------------	----	---	--





Мозъчна замявка – задачи

1. Коя дума логически не принадлежи към останалите?

КНИГА - ВЕСТНИК - СПИСАНИЕ - ИМЕЙЛ

2. Състав на думите

От дадените букви съставете възможно най-много съществителни имена в 1. л. ед. ч. Не е задължително те да съдържат всички букви. Направете поне 7 думи.

К, А, Р, О, Л, Е, М, И

3. Вярно ли е?

Моят прадядо е на 100 години - похвали се Мартин на Петър. Това не е кой знае какво, дядо ми е само с 5 години по-възрастен от баща ми - каза Петър. Може ли да е прав?

4. Потомци

Възможно ли е две момичета да са родени от едни и същи родители в една и съща година, месец и ден и въпреки това да не са близнаци?

5. Допълнете трите общи букви, за да създадете смислени думи:

___ВОД

___ХОД

___НОС

___ПИС



Co-funded by
the European Union

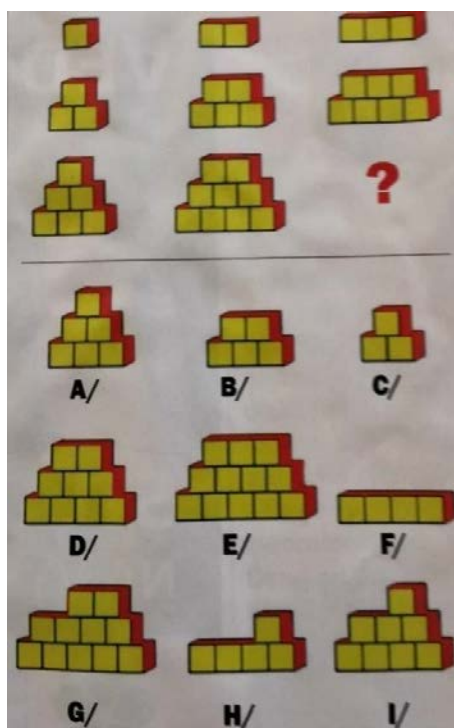


6. Судоку

Във всеки ред има числа от 1 до 9. Едно и също число не може да се повтаря в ред или колона. Кое число трябва да бъде в най-горния ред вляво?

3	4		8	2	6		7	1
		8				9		
7	6			9			4	3
	8		1		2		3	
	3						9	
	7		9		4		1	
8	2			4			5	9
		7				3		
4	1		3	8	9		6	2

7. Изберете правилната картинка вместо въпросителния знак:



Co-funded by
the European Union



Мозъчна замявка – отговори на въпроси

1. Коя дума не принадлежи логически на останалите?

КНИГА - ВЕСТНИК - СПИСАНИЕ - ИМЕЙЛ

ОТГОВОР - (имейл - не се отпечатва)

2. Състав на думите

От дадените букви, съставете възможно най- много съществителни имена в 1 л.ед.ч. Не е задължително те да съдържат всички букви. Направете най- много 7 думи.

К, А, Р, О, Л, Е, М, И

Възможни отговори: Река; Кола; Море; Икона; Кама; Лакомия; Корал; Марка; Лимон; Орел; Мол; Ролка; Камион

3. Вярно ли е това?

Моят прадядо е на 100 години - похвали се Пепик на Петър. Това не е кой знае какво, дядо ми е само с 5 години по-възрастен от баща ми - каза Петър. Може ли да е прав?

ОТГОВОР - (да, може да е вярно, ако дядото е от страната на майка му)

4. Потомци

Възможно ли е две момичета да са родени от едни и същи родители в една и съща година, месец и ден и въпреки това да не са близнаци?

ОТГОВОР - (да, ако са тризнаци - 2 момичета и 1 момче.)

5. Допълнете трите общи букви, за да създадете смислени думи:

___ВОД

___ХОД

___НОС

___ПИС

ОТГОВОР: (ПРЕ)



Co-funded by
the European Union



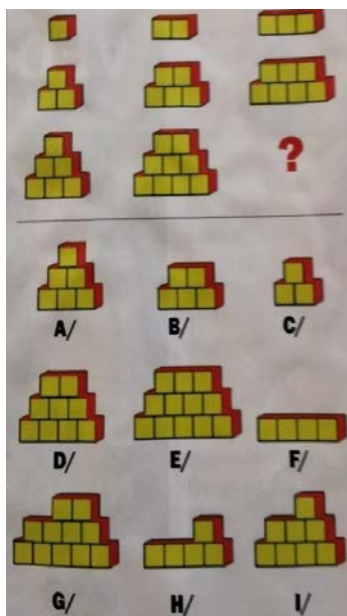
6. Судоку

Във всеки ред има числа от 1 до 9. Едно и също число не може да се повтаря в ред или колона. Кое число трябва да бъде в най-горния ред вляво?

3	4		8	2	6		7	1
		8				9		
7	6			9			4	3
	8		1		2		3	
	3						9	
	7		9		4		1	
8	2			4			5	9
		7				3		
4	1		3	8	9		6	2

ОТГОВОР: (9)

7. Изберете правилната снимка вместо въпросителния знак:



ОТГОВОР - (Е - всеки път се добавя по един ред)



Co-funded by
the European Union



КРИТИЧНО МИСЛЕНЕ

КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА?

= Способност за формиране на собствено мнение, основано на аргументирано убеждение, и способност да се обоснове и аргументира.



АКО ВЛАДЕЯ КРИТИЧНОТО МИСЛЕНЕ, АЗ:

1. не се подчинявам на първото впечатление или на общото мнение
2. може да разпозна митовите и манипулациите
3. не възприемам наивно традиционни и модерни мнения
4. мога да формирам собствено мнение въз основа на знания и опит
5. мога да приема, че може да греша или да не съм сигурен/на в нещо
6. мога да тълкувам намерените данни
7. мога да чета професионални проучвания

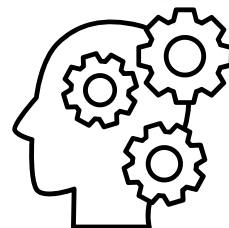
10 ПРИНЦИПА, КОИТО ТРЯБВА ДА СПАЗВАМ, КОГАТО ИЗВЪРШВАМ ТЪРСЕНЕ В ИНТЕРНЕТ:

1. Когато намеря някаква информация или твърдение в интернет, не вярвам веднага сляпо, а **проверявам точността му**.
2. Не чета само заглавието, то може да е подвеждащо. Прочитам **целия наличен текст...**
3. Ще видя кой пише за дадената информация. **Кой е авторът?** Коя е тази страница? За какво друго пишат? Може ли да му се вярва?
4. Текстът, който чета, съдържа ли **факти или само предположения и мнения?** Има ли връзки към други източници?
5. Ще се опитам да разбера дали **други надеждни източници** пишат по тази тема.
6. **Колко стар е източникът**, от който черпя информация? Дали информацията не е остаряла?
7. Мога да се опитам да проверя дадената информация в **уебсайтове, които се използват за проверка на факти**, като snopes.com или factcheck.org.
8. Страниците могат да използват манипулирани изображения, за да популяризират фалшиви новини. Ако текстът съдържа снимки, **ще проверя техния произход**. Мога да се опитам да потърся изображението в обратна посока, като използвам например Google Images.
9. Ако искам да споделя и разпространявам някаква информация, ще я проверя още по-внимателно. **Не искам да разпространявам фалшиви новини.**
10. Винаги използвам **здрав разум и критично мислене**, когато търся в интернет.



КРИТИЧНОТО МИСЛЕНЕ - КАКВО ЗНАМ?

**КАКВО СПРОЕД ТЕБ ПРЕДСТАВЛЯВА
КРИТИЧНОТО МИСЛЕНЕ?**



**НАПИШЕТЕ 5 ПРИНЦИПА, КОИТО ЩЕ
СЛЕДВАТЕ, КОГАТО ТЪРСИТЕ ИНФОРМАЦИЯ В
ИНТЕРНЕТ:**

- 1)

- 2)

- 3)

- 4)

- 5)

**ЗНАЕТЕ ЛИ ПОНЕ 3 УЕБСАЙТА, КЪДЕТО МОЖЕТЕ
ДА ПРОВЕРИТЕ ДОСТОВЕРНОСТТА НА
ИНФОРМАЦИЯТА?**

- 1)

- 2)

- 3)

ИМА ЛИ ВЕРОЯТНОСТ ТОВА ДА Е ФАЛШИВА НОВИНА?
ОПИТАЙ СЕ ДА ГО ОТБЕЛЕЖИШ В СТАТИЯТА ИЛИ ЗАПИШИ ИДЕИТЕ СИ ОТСТРАНИ.

публикувано на Blesk.cz 12. 6. 2024

НЛО забелязан над Прага! Заплашен ли е светът от нашествие на извънземни?

Миналата година през март над Прага беше наблюдавано невероятно явление, което остави мнозина в шок и ужас. Очевидци съобщиха, че са видели мистериозен самолет, който не може да бъде идентифициран. Те описват невероятно светлинни ефекти и неправилно движение на обекта, който не приличал на нито един самолет.

Известни учени вече потвърдиха тези предположения и предупреждават, че това може да е нашествие на непознати цивилизации от други планети. И така, има ли опасност да бъдем нападнати от извънземни? В следващата статия ще научите как да се подготвите за такова нашествие.



Критично мислене II



Каква е нашата роля в борбата с дезинформацията?

Медийна грамотност

- Разграничаване на достоверна от невярна информация
- Критична оценка на източниците и проверка на информацията
- Търсене на различни гледни точки и участие във фактологични дискусии

Отговорно споделяне

- Прегледайте информацията, преди да я споделите
- Споделяйте само проверени източници, за да сведете до минимум влиянието на дезинформацията

Подкрепа за надеждна журналистика

- Подкрепяйте надеждни източници на новини
- Получавайте информация от различни надеждни медии

Образование и просвещение

- Подобрете медийната си грамотност и критичното си мислене
- Включете се в дискусии за последиците от дезинформацията
- Съобщавайте и сигнализирайте за фалшиви новини

ВЪРХУ КАКВО ДА СЕ ФОКУСИРАМЕ, КОГАТО ОЦЕНЯВАМЕ НАДЕЖНОСТТА НА ИЗТОЧНИЦИТЕ?

Авторитет

- Разберете дали авторът има съответната квалификация и опит в областта

Точност

- Проверете информацията с други надеждни източници и потърсете цитати и препратки в подкрепа на твърденията

Актуалност

- Проверете датата на публикуване, за да се уверите, че информацията е актуална и значима

Пристрастност

- Бъдете наясно с възможните пристрастия на автора или организацията и търсете балансиран и обективни гледни точки

Домейн

- Оценете надеждността на домейна на уебсайта; правителствени, образователни институции и авторитетни организации обикновено са по-надеждни от лични блогове или сайтове с подозрителни имена.



Критично мислене II

Какво друго може да ни помогне да проверим достоверността на намерената информация?

Уебсайтове за проверка на фактите

- Използвайте сайтове като Snopes, FactCheck.org и PolitiFact, за да проверявате различни твърдения и слухове

Проверка на множество източници

- Винаги се консултирайте с няколко надеждни източника, за да потвърдите точността на информацията

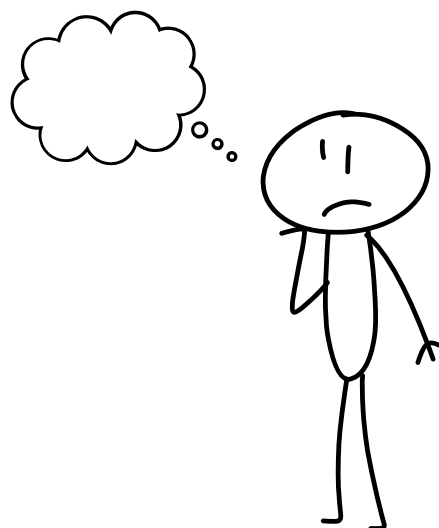
Оценка на цитати и изображения

- Проверявайте контекста на цитатите и изображенията и използвайте обратното търсене на изображения, за да откриете техния произход

Разпознаване на сатирата

- Научете се да различавате сатиричното съдържание, което може да не е предназначено да бъде възприемано буквално

Забележка: сатира = начинът, по който хората се изразяват по непримирим и хумористичен начин за социални, политически или културни теми. Често използва преувеличени или абсурдни ситуации, за да подчертае недостатъците или абсурдите в реалния свят.





Критичното мислене II - какво знам?



Как можем да се борим с дезинформацията?

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____

ВЪРХУ КАКВО ДА СЕ ФОКУСИРАМЕ, КОГАТО ОЦЕНЯВАМЕ НАДЕЖДНОСТТА НА ИЗТОЧНИЦИТЕ?

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____
- 5) _____

Опитайте се да мислите заедно и за всяка точка от предишната задача дайте по един пример за това как не трябва да изглежда:

Пример: Авторитет - човек без медицинско образование пише статия за това как ваксинациите причиняват аутизъм при децата.

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____
- 5) _____

Какво друго може да ни помогне да проверим достоверността на намерената информация?

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____

ИКИГАЙ



Десетте заповеди на критичното мислене за коренното племе

1. Слушайте внимателно

Обръщайте внимание на всички разкази и съвети на старейшините. Учете се от техния опит и мъдрост.

2. Задавайте въпроси

Не се страхувайте да задавате въпроси, когато не разбирате нещо. Разбирането идва чрез изследване и задаване на въпроси.

3. Проверете истината

Не вярвайте на всичко, което чувате или виждате от пръв поглед. Проверявайте информацията от няколко източника и търсете доказателства.

4. Обмислете последствията

Преди да вземете решение, помислете какви могат да бъдат последствията за вас и за общността.

5. Бъдете отворени за нови идеи

Бъдете отворени за нови начини на мислене и решаване на проблеми.

6. Споделяне на знания

Предайте знанията и опита си на други членове на общността. Ученето заедно укрепва цялата общност.

7. Уважавайте природата

Мислете как вашите действия влияят на природата и околната среда.

8. Анализирайте традициите

Критично разгледайте традиционни обичаи и ритуали. Помислете дали те все още изпълняват предназначението си или могат да бъдат подобрени.

9. Поддържане на баланс

Когато вземате решения, имайте предвид баланса между старото и новото, между традиционните ценности и съвременните знания.

10. Бъдете честни и открити

Винаги казвайте истината и бъдете честни относно намеренията си. Доверието е в основата на една силна и сплотена общност.





МОДУЛ 10

ВИЗИЯ



Модул 10: Визия

Дейност	Мин.	Описание	Материали
Въведение M10/1 	5	"Успяхме да открием тайната на местното племе - дълголетие, щастие и пълноценен живот - IKIGAI. Задачата ни днес ще бъде да открием какво представлява IKIGAI и как да го внесем в живота си, за да можем и ние да бъдем щастливи, здрави, удовлетворени... Не получаваме повече информация нито от Шамана, нито от другите членове на племето. Изглежда, че всички са се разпръснали в ежедневиите си занимания. Е, ще трябва да го открием сами... Старейшините на племето казват, че IKIGAI се състои от четири мъдрости, които, когато се прилагат заедно, са причината за тяхното щастие и успех. Но какво означава това?"	За разпечатване: Пътешествие в дъждовната гора - 1x на формат A4
Кубчета за истории M10/2 	10	Участниците трябва да се разделят на по-малки групи (около 5 души). Всяка група ще получи комплект кубчета за истории. Те трябва да изберат супергерой (може да бъде измислен герой или реална личност). Един от участниците хвърля кубчетата и започва да разказва историята на този супергерой, като използва символите, които са представени на кубчетата. Когато едно кубче бъде използвано, то се оставя настрана, за да се покаже кои кубчета все още са в играта. Участникът може да използва произволен брой кубчета (минимум 1). Когато приключи, участникът отдясно продължава историята там, където е спрял предния, като използва картинките на кубчетата. Отново той/тя може да използва произволен брой кубчета. Когато	Кубчета за истории - 1 комплект за всеки 5 участници За разпечатване: Пътешествие в дъждовната гора - 1x на формат A4





		няма повече кубчета, следващият хвърля отново вече използваните кубчета и играта продължава. Играта приключва, когато историята е завършена, всички кубчета са използвани и всеки участник е имал ход. Ако играта е минала бързо и участниците са се забавлявали, можете да продължите с още един или два кръга - за всеки кръг трябва да се избере нов супергерой.	
Визуализация	25	Участниците сядат в кръг, подготвят хартия и нещо за писане пред себе си. Пуснете аудио запис <u>Визуализация</u>. Има два момента в аудио записа, в които трябва да спрете записа и да дадете на участниците няколко минути, за да запишат впечатленията си. Когато участниците изглеждат така, сякаш са приключили, пуснете записа отново. След като записът свърши, дайте на участниците няколко минути, за да запишат впечатленията си. И трите фази на размисъл се извършват в тишина, всеки работи сам.	Документи Канцеларски материали Устройство за възпроизвеждане на mp4 - колона Аудио запис: <u>Визуализация</u>
Размисъл	10	Дайте възможност за размисъл. Например, можете да зададете следните въпроси, за да насърчите участниците да споделят впечатленията си. Споделянето е доброволно, ако никой не иска да сподели, това е нормално, просто продължете нататък. <i>Как беше дейността за вас?</i> <i>Как се почувствахте?</i> <i>Какво се е случило в живота ви и бихте искали да споделите?</i> <i>Какви нови неща разбрахте?</i>	
Животът ми като герой I	30	Шаманът ни наблюдава и вижда как се борим... идва при нас и ни подсказва: <i>"В този</i>	Листове хартия (четвъртити), цветни





M10/3



пергамент е написана героична история. Какви са вашите героични истории?"

Това звучи малко странно... Защото каква е историята на нашия герой? Ние не сме никакви супергерои на Марвел или нещо подобно. Но от минал опит знаем, че на Шамана може да се разчита. Така че нямаме друг избор, освен да напишем своя собствена героична история.

Сега участниците ще трябва да **разкажат историята на живота си** като голяма, героична история. Всеки герой се справя с препятствията и предизвикателствата в живота си, като същевременно преживява красиви неща, успехи и провали. Тяхната задача е първо да изобразят своята житейска история по следния начин:

- **Минало** (кои важни моменти са се случили в живота ми, какви успехи съм имал, какви неуспехи, какво е допринесло за това да бъда там, където съм днес, такъв, какъвто съм, и т.н.)
- **Настояще** (кой съм аз, какви са моите супер умения, какво ми харесва, какво ми е трудно в настоящата ситуация, с какво се боря, какво ми харесва и т.н.)
- **Бъдеще** (какви предизвикателства ми предстоят, какво искам да постигна в живота си, какво е важно да имам в живота си, къде, как и с кого искам да живея, как искам да използвам талантите и дарбите си и т.н.)

Могат да рисуват, да пишат, да изрязват списания и да лепят колажи... По какъвто и да е начин могат да изобразят историята на живота си, така че да могат да я разкажат като велика героична история.

"Момичето ни погледна и видя, че сме приключили с героичната си история.

листовете, стикери, списания, конци... всякакви материали, подходящи за колаж

Канцеларски материали, бои, пастели, маркери...

За разпечатване:

- Пътешествие в дъждовната гора - 1x на формат A4



Co-funded by
the European Union



		<i>Затова свиква цялото село да дойде и да чуе героичните ни дела... и е решена да преведе всичко на езика на племето си."</i>	
Почивка	15		
Животът ми като герой II	45	Всеки участник ще представи своето творение и ще разкаже историята на живота си като грандиозен героичен подвиг!	
Ikigai	20	<i>"Когато приключваме с разказа на героичните си истории, виждаме гордост по лицата на племето, сълзи от умиление... Един от старейшините на племето, шаман, се изправя и започва да разказва..."</i> Всеки участник ще получи отпечатан лист с IKIGAI. След това пуснете аудио записа с Послание на Шамана, който обяснява какво послание носи Ikigai в техния живот. След това дайте на участниците няколко минути, за да попълнят диаграмата - т.е. да помислят какво им харесва в живота, в какво са добри, какво им носи препитание и какво помага на света, и какво пресичане се очертава за тях. След това следва заключителна дискусия, по време на която ги поканете да споделят за своя личен Икигай. <i>Какво ви показва Ikigai? Каква посока виждате да се очертае от вашия Ikigai? Коя част от Ikigai е ясна? Коя част от Ikigai липсва? Какво можете да направите, за да откриете липсващите части на Ikigai? Какъв ще бъде животът ви, ако Ikigai не е/няма да бъде изпълнен? Какво можете да направите, за да изживеете своя Ikigai?</i>	Канцеларски материали За разпечатване: • Ikigai - за всеки участник Аудио запис: Послание на Шамана
Заключително	20	Покажете картата на цялото обучение (файл	Канцеларски





размишление		Заклучително размишление – През какви етапи преминахме), за да напомните на участниците за всеки модул и какво са направили в него. Раздайте им лепящи цветни листчета, приканете ги да помислят какво са научили, какво са си взели от всеки модул и какво могат да приложат в живота си, да го напишат на лепящото се листче и след това да залепят лепящото се листче към този модул. Дайте им около 10 минути за работа, след което ги поканете да споделят как е минал курсът за тях, какво си вземат от него и как могат да го приложат в живота си.	материали Лепила За разпечатване: Заклучително размишление „През какви етапи преминахме“ - 1x на формат A3
Героичен акт M10/4 	5	В самия край на обучението, поканете участниците да направят нещо героично, т.е. да вземат решение, да поемат ангажимент към себе си - една стъпка, едно нещо, което ще приложат в живота си. Нещо, което обучението ги е вдъхновило да направят, нещо, което би било добре да направят, нещо, което може да им помогне по пътя към живота с Икигай.	За разпечатване: Пътешествие в дъждовната гора - 1x на формат A4



Визуализация

Седнете, затворете очи и заемете удобно положение. Можете да започнете да забелязвате как тялото ви е в допир с повърхността, с повърхността на стола или нещо друго, на което седите, дали краката ви са в допир със земята. Или гърбът ви, какво усещате, топло ли е, студено ли е? Какви усещания изпитвате? Може да коригирате всичко, което не ви харесва в позицията ви, за да се чувствате напълно комфортно. И можете да започнете да се фокусирате върху дишането си. С всяко вдишване си представяме как тялото ни получава необходимите хранителни вещества, необходимата енергия, кислорода. Как той се разпространява и достига до всички части на тялото ни. А с всяко издишване можете да се отървете от всичко, което не е полезно за тялото ви, от което вече не се нуждаете. Затова направете няколко дълбоки вдишвания, вдишвайте новата енергия и издишвайте всичко, от което тялото ви вече не се нуждае.

А сега, моля, представете си река, река някъде сред природата, която виждате в далечината, и бавно вървите към нея. И когато стигнете до брега на реката, виждате, че там има лодка. Така че, моля, качете се на лодката и започнете да гребете по реката. И докато се спускате по реката с течението на водата, се оглеждате наоколо към природата или каквото там има. Просто забележете какво виждате, каква природа виждате? Има ли дървета, цветя? Има ли животни? Чувате ли някакви звуци, птици, вятър или нещо друго? Какви са цветовете, какъв е сезонът? Какво е усещането? Топло ли е или студено? Как се усеща върху кожата ви? Просто наблюдавайте и продължете да се спускате по течението.

И докато продължавате по течението, виждате, че на брега на реката е вашият живот. Виждате себе си като малко новородено с родителите си и виждате как сте били посрещнати в този живот. А после виждате седмиците, месеците, годините. Наблюдавате себе си как растете като малко дете от най-ранните дни до първите години... и тийнейджърските години и наблюдавате какво се е случило с вас, всички важни етапи в живота ви. Всичко, което се е случило, какво е било важно за вас... доброто и лошото. Виждате постиженията си, моментите, с които се гордеете, моментите, в които сте се забавлявали, моментите, които сте прекарвали със семейството си. И в същото време виждате моментите, които са били трудни, всичко, което не ви е харесвало, но ви се е случило. Всичко, което не сте постигнали и може би се чувствате тъжни или ядосани заради това. Така че всички важни моменти и всички важни хора, които са ви помогнали да се формирате в това, което сте днес. Точно тук и сега. Така че просто течете надолу по реката и наблюдавайте всички важни моменти, които настъпват. И продължавате... стигате до тийнейджърските години или до късните години, каквото и да ви е довело до тук и сега. И след това, когато приключите с наблюдението на това, което се е случило в живота ви, какво е било важно за вас, кой е бил важен за вас, как сте се чувствали в моментите... виждате, че има красиво място, където можете да спрете лодката, така че, моля, насочете лодката натам, слезте от лодката и отидете да изследвате мястото, където сте кацнали. Отново наблюдавайте всички звуци, които може да чуете, всички цветове, които може да видите,





какво всъщност виждате. Има ли някакви животни, цветя, дървета? Как изглежда природата наоколо?

И започнете да вървите по пътя, който виждате пред себе си. И докато вървите по пътеката, тя ви отвежда до красиво езеро. И така, виждате езерото и си намирате място, където можете да седнете и да го наблюдавате малко по-дълго. Насладете се на това, което има. Така че, моля, седнете на това място и погледнете езерото. Докато гледате в езерото, това, което виждате сега на повърхността му, всъщност е вашият живот тук и сега. Това е животът, който живеете в настоящия момент. Това е училището ви, работата ви, това е начинът, по който протичат дните ви, виждате хората, които са в живота ви заедно с вас. Виждате семейството си, приятелите си, когото и да е в живота ви. Усещате чувствата, които изпитвате към обстоятелствата в живота си. Кое е онова, което харесвате в живота си? И кое е това, което бихте искали да промените в живота си? Кое е това, което не ви харесва толкова много и е време да го промените. Или нещо, което не ви харесва, но сте решили да не го променят. Така че просто наблюдавайте повърхността на езерото, дайте си малко време и просто погледнете къде се намирате в живота си в момента.

"Момент на спокойствие"

И когато приключите с проверката на живота си сега, любезно ви моля да се изправите и да продължите пътя, който ви е довел дотук. Просто вървете все по-напред и по-напред. И докато вървите все по-напред и по-напред, стигате до място, от което се открива красива, много красива гледка... Можете да наблюдавате пейзажа пред вас и под вас и това, което започвате да виждате от това място, е вашето бъдеще. Затова отделете малко време и наблюдавайте как изглежда вашето бъдеще. Кое е онова, което е важно за вас? Къде искате да отидете? С кого искате да отидете? Просто наблюдавайте как бихте искали да изглежда бъдещето ви... от утре до години или десетилетия напред. Навсякъде, където можете да видите. Кой сте вие в това бъдеще? Как се чувствате в него? Отделете малко време и наблюдавайте. Какво е това, от което се нуждаете, за да създадете най-доброто бъдеще за себе си?

"между изреченията има моменти на мълчание, за да могат участниците да си представят и визуализират"

И когато приключите с наблюдението на бъдещето си, можете да се върнете към дишането си, да започнете да се фокусирате върху дишането си, как с всяко вдишване приемате нова енергия и нови хранителни вещества за всяка клетка на тялото си. И как с всяко издишване се освобождавате от нещата, които вече не са ви необходими. Така че поемете дълбоко въздух или няколко дълбоки вдишвания, както желаете, и когато сте готови, можете да отворите очи. И моля, не говорете, просто в тишина отделете няколко минути, за да запишете на хартия всичко, което се е появило. Всичко, което видяхте, което забелязахте от вашето минало, вашето присъствие и вашето бъдеще.

Благодаря ви.



Co-funded by
the European Union



Посланието на Шамана

ИКИТАЙ е принцип, който използваме в нашето племе, за да ни помага да се ориентираме в живота, в нашите дейности, в това, което правим в живота си.

IKIGAI има 4 стълба. В известен смисъл той прилича на маса. Масата също се нуждае от 4 крака, за да бъде стабилна и да работи правилно. И по същия начин, за да бъде животът ни балансиран, за да бъдем истински щастливи и удовлетворени, се нуждаем от всички тези 4 принципа, които да действат едновременно. И когато успеем да намерим такава дейност, имаме своя ИКИТАЙ, тогава изпитваме баланс и удовлетворение в живота си.

Пак че първият стълб на ИКИТАЙ е..

Каквото и да правите в живота си, то трябва да е нещо, в което сте добри. В което сте наистина добри...

Вторият стълб е.. че то трябва да бъде и нещо, което наистина обичаме, нещо, което ни прави щастливи, което ни вълнува.

Третият стълб е, че това, което правим, да е нещо, от което светът се нуждае. По някакъв начин да допринасяме за обществото.

И четвъртият стълб е, че това трябва да е нещо, което ще ни осигури препитание, което ще издържа финансово нас и семейството ни.

Пак че, когато имаме тези 4 стълба накуп, тогава преживяваме ИКИТАЙ.

И както вече казах, ако единият крак, единият от стълбовете не е налице... например, правим нещо, което обичаме, добри сме в него и светът има нужда от него, но не можем да си изкарваме прехраната от него и то просто не работи, това е една борба. Или например правим нещо, в което сме добри, изкарваме си прехраната, светът има нужда от него, но ние просто не го харесваме... това също не работи. Пак че винаги, когато пропуснем един от стълбовете, тогава просто животът ни не е балансиран.





Щака че моята покана към вас е да приемете този ИКИТАЙ като подарък от нашето племе, за да го използвате като инструмент. Да спирате от време на време в живота си и да правите малка проверка. Къде се намирате в момента? Преживявате ли ИКИТАЙ? Ако не, кой стълб не работи? И какво можете да промените в живота си, за да имате ИКИТАЙ, за да сте по-пълноценни, за да реализирате стълба?

Защото тези неща се променят, знаете, че може да сме намерили своя ИКИТАЙ, а после обстоятелствата да са се променили и той вече да не работи. Или пък не знаем какво е нашето ИКИТАЙ и опитваме неща, наблюдаваме, приспособяваме се и това е нашето житейско пътуване, за да намерим своето ИКИТАЙ.

Какъвто и да е вашият случай, моята покана към вас е да използвате този инструмент и от време на време да направите пауза и да се замислите, да видите къде се намирате, дали има какво да промените и ако да, какво да бъде то?

Успех!



Co-funded by
the European Union

Удовлетворение, но
чувство на безполезност

Успешна реализация, но
без доходоносност

Какво обичате?

Стремежи

Мисия

В какво сте
добри?

Какво иска
светът от
вас?

IKIGAI

Професия

Образование

За какво ще ви се плаща?

Комфорт, но чувство
на празнота

Вълнение, но несигурност





ОБОБЩЕНИЕ

През какви етапи преминахме?

Типология на цветовете

Личностна типология



Какво е най-хубавото във всеки тип личност?



Въпросник-тест



Цветни личности

Вербална комуникация



Невербална комуникация

Писмена комуникация



Комуникация

Сътрудничество

Магически лабиринт



Десетте заповеди на доброто сътрудничество

Тропическа буря



Асертивност - как се чувствам, когато...



Пасивно?
Агресивно?
Асертивно?

Ролева игра



“Аз” твърдения

Креативност

Критично мислене

Дискусия и работен лист



Треньор по аргументация



Черни истории



Групови презентации

Комуникация

Грабващо
представяне



Себепредставяне



Себепредставяне
пред група



Как да прекосим
моста?



Теорията
победа-победа



Къде да спим?



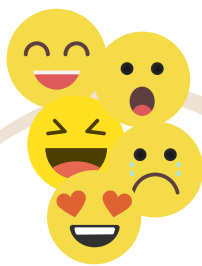
Стратегии за
управление на
конфликти



Сътрудничество

Креативност

Емоционална
пантомима



Емпатия и ненасилствена
комуникация



Емоции в
племето



WHY?

Методът "5
защо"

Проверка на
източниците



Фалшиви
новини



Работен лист



IKIGAI



Критично мислене

Визия

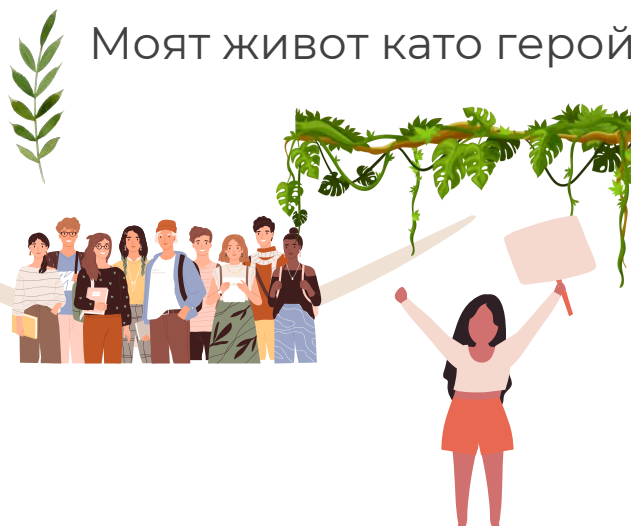
Кубчета с истории



Визуализация



Моят живот като герой



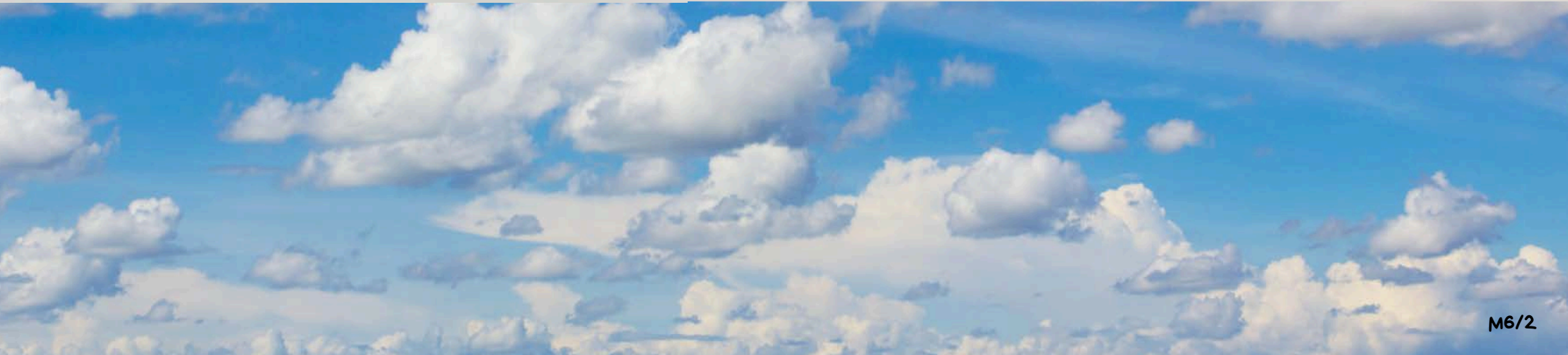
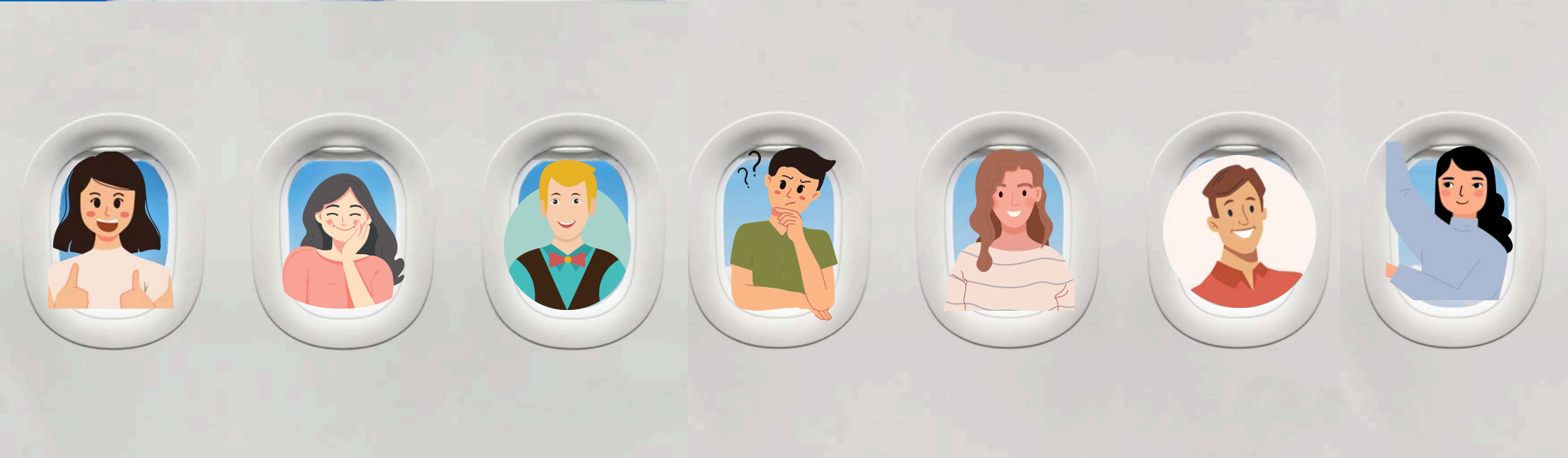


ПЪТЕШЕСТВИЕ ИЗ ДЪЖДОВНАТА ГОРА



Каква е
тайната на
племето?











Гора







Под скалата?

В дъждовната
гора?





















???





ИКИГ АЙ









Героичен акт



Co-funded by
the European Union



ON MY FEET

SUPPORTING DISADVANTAGED CHILDREN TO
DISCOVER THEIR STRENGTHS AND THRIVE IN LIFE



Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.

Проект: Supporting Disadvantaged Children to Discover Their Strengths and Thrive in Life (№: 2023-1-BG01-KA220-VET-000160890)