

Одговорност

Ове недеље ученици уче о томе да имају здраве границе како би могли да предузму одговарајуће кораке ка одговорности. Студенти се подсећају да нису они одговорни за све, али да постоје неке ствари за које су у потпуности одговорни. Циљ је да се ученицима пружи осећај свести за своје личне, друштвене и јавне одговорности и науче како да одржавају здраве границе за себе, са другима, па чак и са технологијом.

Започните јединицу са целом лекцијом у разреду, а затим покушајте да завршите најмање две мини лекције са својим ученицима током целе недеље. Свака мини лекција је дизајнирана да представи елементе главне лекције на нове и занимљиве начине.

Главна лекција

Лекција за цео
разред
30 минута



Прстенови одговорности

Ова лекција упознаје ученике са идејом граница и простора и где наше одговорности леже унутар различитих просторних граница које делимо са собом и другима. (Види страницу 3 за детаље о лекцији.)

Мини лекције

За мале групе
15 минута



Није моја одговорност

Запамтите да се не морамо осећати одговорним за све. Можемо бити одговорни само за оно што лично можемо да контролишемо. У малим групама користећи Т-графикон, мапирајте ствари које су увек под вашом контролом и ствари које нису. Остатак дана фокусирајте се на ствари које можете контролисати и преузмите одговорност за те изборе. За ствари које се не могу контролисати, поставите здраве границе да бисте се подсетили да те ствари нису нужно ваше да бисте се бавили данас.

Идеја за проширење: Размислите о неким техникама које можемо да користимо да смиримо своја тела и мозак како бисмо доносили одговорне одлуке и одржавали здраве границе када нам се дешавају ствари које не контролишемо.

За партнере
15 минута



У реду је рећи Не

Понекад смо у ситуацијама у којима се од нас тражи да урадимо нешто што нам није пријатно или знамо да не треба да радимо. Ако немамо самопоштовање и здраве личне границе, могли бисмо бити у искушењу да будемо неодговорни и да направимо лош избор. А понекад су ови лоши избори заправо добри избори. На пример, од вас се тражи да чувате децу, али морате да учите за тест из енглеског те ноћи. Не желите да разочарате мајку која вас је питала, али је одговорније рећи не на њен захтев. Ово може бити тешко. Са својим партнером, вежбајте неколико стратегија „Не“ које ће вам помоћи да одбаците ситуације које вас терају да угрозите своје границе или које једноставно нису добар лични избор за вас. Неке стратегије укључују:

- Покварена плоча (понављање „не“ изнова и изнова)
- Промени тему
- Рећи „хвала“ на понуди/позиву/прилици, али то тренутно неће радити у мом распореду
- Коришћење емпатије („Разумем да сте у тешкој ситуацији, али тренутно не могу да помогнем.“)
- Објасните се и/или понудите алтернативну идеју („Гласна бука ми заправо изазива нелагоду, тако да не бих био добар пријатељ на концерту јер ћу бити под стресом. Али, могао бих да вам се придружим у кафићу после!“).

За појединце
15 минута



Мој лични простор

Подела дијаграм личног простора који се користио у примарној лекцији. Нека ученици забележе одговорности које спадају у ове границе за њих лично. Затим, нека размисле/запишу о овоме: Како могу да одрже здраве границе када се суоче са неким ко прелази граничну линију или ко је ометајући или неодговоран у друштвеним и јавним просторима? На пример, ако пријатељ стално лебди око твог ормарића и треба ти мало простора, шта можеш да кажеш или урадиш да будеш поштован, а да истовремено задржиш здраву личну или интимну границу? Ученици могу да воде дневник о свом размишљању.

Фокусирано на технологију
15 минута



Здраве границе са технологијом

Дискусија у великој групи или упити у часопису: Како је технологија утицала на наше способности да одржавамо здраве границе? Како нас технологија спречава да одржавамо здраве границе? Како можемо користити самодисциплину да бисмо технологијом поставили здраве границе? [нпр., нема телефона за столом за вечеру, нема интернета после одређеног времена увече, нема ТВ/система за игре у спаваћој соби, итд.] (Погледајте материјал о личном простору и/или информације са примарне лекције).

Прстенови одговорности

Ова лекција упознаје ученике са идејом граница и простора и где наше одговорности леже унутар различитих просторних граница које делимо са собом и другима.

Временски оквир лекције
30 минута

Потребни материјали

- Прстенови одговорности
- Опциони додаток:
Вашингтон пост је објавио чланак који објашњава границе личног простора за људе из различитих земаља; ово би могло бити занимљиво техничко проширење или проширење за ученике који требају/желе више изазова: https://www.washingtonpost.com/news/worldviews/wp/2017/04/24/hov-cloze-is-too-cloze-depend-on-vxere-iou-live/?utm_term=.0848e250ce9c

Мапа стандарда

Ова лекција је усклађена са ЦАСЕЛ компетенцијама, националним стандардима здравственог образовања, стандардима Међународног друштва за технологију у образовању, када је применљиво, и заједничким основним државним стандардима. Молимо погледајте на [Мапа стандарда](#) за више информација.

Циљ лекције

Ученици ће:

- Процените здраве границе
- Идентификујте одговорности које спадају у интимне, личне, друштвене и јавне просторне границе

Веза са наставником/негу самога себе

Понекад помаже размишљање о нашим одговорностима кроз различите аспекте: права насупрот одговорности, личне и професионалне границе и изворе одговорности. Сваки од њих нам даје нову перспективу о томе шта је одговорност, а шта није. На пример, имате право на безбедно, позитивно радно окружење. Као такви, ви сте одговорни за допринос том сигурном, позитивном окружењу. Каква је кадровска култура ваше школе? Какви су односи наставника? Какав је стил собе за одмор? Да ли су наставници и администратори на истој страни? Које одговорности имате као део те заједнице да обезбедите безбедно, позитивно радно окружење? Шта је са вашим личним и професионалним границама на послу? Ако имате ученике који имају личне борбе и, последично, уносе своју агресију, тугу или фрустрације у вашу собу, која је ваша одговорност? Ваша одговорност је да подучавате ту децу и обезбедите окружење у учионици које је погодно за учење за све ученике. Није ваша одговорност да „поправите“ њихову кућну ситуацију или лично процените и решите њихове проблеме менталног или емоционалног здравља. Поставите личну и професионалну границу тако што не схватате њихове проблеме лично и тражите друге школске професионалце или јавне службе да помогну вашим ученицима на начин на који им треба помоћи. Шта је са сазнањем одакле потичу ваше одговорности? Да ли знаш зашто радиш то што радиш? Да ли сте себи створили одговорности или вам их је неко други дао? Познавање извора ваших одговорности може вам помоћи да их одредите по приоритетима и да будете ефикаснији. Одвојите мало времена данас да процените своја права и одговорности, да поставите неке границе које треба да поставите и да разумете зашто радите то што радите.



Објави

5-7 минута

У овој јединици говоримо о одговорности. Колико вас је, од прошле недеље, имало прилику да преузме одговорност за нешто или донесе одговоран избор, *избегавао* кривити друге или бити непоштен у вези

са довршавањем онога што се од вас тражило? (Позовите ученике да поделе ако желе.)

Добро! Наставите да радите на томе! У ствари је добар осећај преузети одговорност за нешто, чак и ако то значи да имате нешто што сте заборавили да урадите или изабрати не радити. Није да је добар осећај разочарати људе, али је добар осећај исправити те ситуације.



Инспире

15 минута

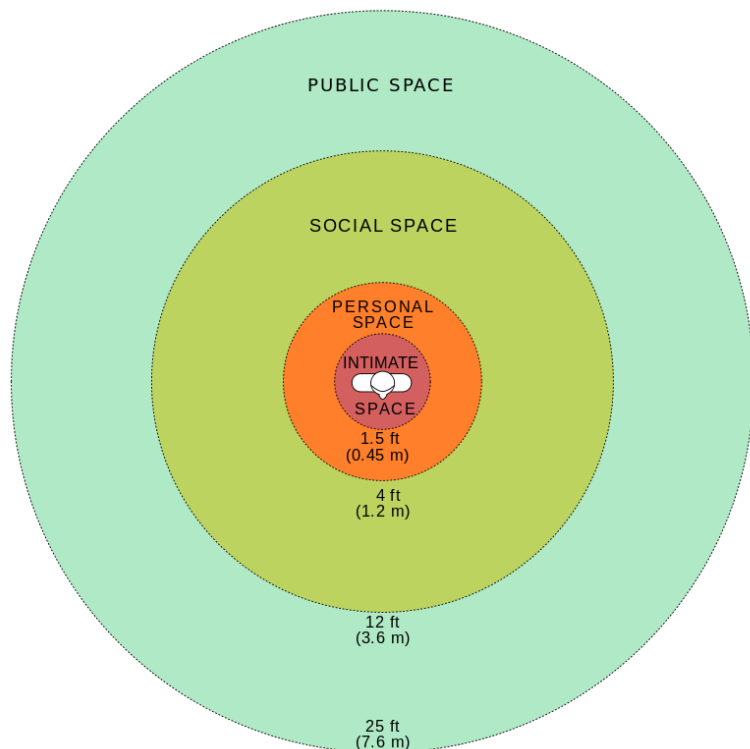
Ове недеље ћемо разговарати о границама одговорности. Понекад се чини да морамо бити одговорни за све и за све. Како старите, добићете више одговорности и можда ће бити тешко знати где се та линија зауставља. Истина није за све ваша одговорност. Као разред, као школа, у вашој породици, постоје заједничке одговорности. Сви се укључујемо да ствари функционишу. И, ако почнете да радите ствари које су технички одговорност неког другог, они неће научити да испуњавају свој део у групи и бићете преоптерећени превише тога да урадите и о чему размишљате. Дакле, важно је да имате добре границе са људима када одлучујете шта јесте, а шта није ваша одговорност.



Оснажити

20 минута [Препорука: Преломите ово на два дела од 10 минута; Део 1 за објашњење и Део 2 за активност. Ово продужава време лекције, али може бити неопходно.]

Да бисмо знали где је граница одговорности, помаже да знамо које су наше личне границе. Погледајмо ову слику:



(Извор: ВебХамстер, 2009, [ЦИ БИ-СА 3.0](#))

Или пројектујте слику на паметну таблу или је нацртајте на белој табли, али ученицима ће такође бити потребан одштампак за завршну активност, тако да можете и ово да поделите ученицима одмах.

Ваш интимни простор обично обухвата првих 18 инча око вас. Дакле, од вашег тела ка споља на око 1 ½ стопа (око 17-18 инча), то је ваш простор. Неки људи кажу да ако испружите руке, све што је удаљено и унутра је ваш интимни простор. И, што вам је ближе, то постаје интимније или приватније. Не морате да толеришете да вам се људи, на пример, додирују у лице, или да вас додирују ако то не желите. Та 1 ½ стопа је ваша одговорност и само ваша. Исто тако, туђи интимни простор је њихов. Немојте претпостављати да вас неко жели у свом простору без позивнице. Важно је запамтити да нисте одговорни за нечији интимни простор. На пример, није ваша одговорност да обезбедите да су сви око вас срећни, иако је љубазно од вас да питате како можете да помогнете ако видите да је неко тужан и да сте добар пријатељ. Али, ако одлуче да остану несрећни или ако за вас није безбедно да ступите у контакт са том особом, није ваш посао да то „поправите“. Ваш посао је да будете одговорни за свој интимни простор и добробит.

Изван тог интимног простора, међутим, улазимо у више заједничких простора. Око четири стопе од ивице вашег интимног простора назива се лични простор. Овде се још увек осећате као да је то ваш простор, али ће други људи долазити и одлазити, седећи поред вас за ручком, пролазећи поред вас у ходнику и дружећи се са вама на часу или код куће. Понекад се може осећати као да су људи у вашем интимном простору (на пример, ако седе поред вас за ручком), али делују у оквиру размишљања о личном или чак друштвеном простору. Не желе да буду преблизу, али управо је толико гужва за столом за ручак. Ваш лични простор и даље може у великој мери припадати вама, али запамтите да ће се и ваш лични простор укрштати са личним простором других људи, тако да морате бити љубазни. Међутим, оно што се дешава унутар вашег личног простора такође је у великој мери ваша одговорност. Како се понашате према тој особи која седи поред вас на ручку је ваша одговорност. Они такође имају одговорност да буду и добри другари за ручак.

Од 4 стопе до 12 стопа, ово се зове друштвени простор. Овде проводите време дружећи се са пријатељима, радећи са саиграчима, комуницирајући у школи или код куће, или чак напољу у мањим друштвеним просторима. Овде одговорност деле они у простору. Свако ко заузима или дели друштвени простор треба да поштује оне у том простору са собом.

Од 12 стопа до 25 стопа улазимо у „јавни простор“. Ово су ваши јавни ресторани, продавнице, улице, тротоари, школски кампус уопште, а понекад и учионица. Као и друштвени простор, ми имамо одговорност да се понашамо на одговарајући начин, љубазно и корисно у овим просторима, али нисмо лично одговорни за све што се дешава у тим просторима. Ако су редови у продавници сулудо дуги, на пример, то није наша одговорност да поправимо, иако је наша одговорност да стрпљиво чекамо.

Активност:

Даћу сваком од вас по један део ових свемирских прстенова, а затим ћу наглас прочитати различите одговорности које имамо. Желим да ту одговорност запишете у рингу где мислите да је најприкладније. Поделите радни лист Рингс оф Респонсибилити и

прочитајте са следеће листе, дајући ученицима времена да пишу између. Они такође могу једноставно да запишу број.

1. Прање зуба
2. Предајте свој домаћи задатак на време
3. Бити добар пријатељ
4. Придржавајући се школских правила
5. Вежбајте свој инструмент пре концерта
6. Говорити љубазне ствари о себи
7. Дајте другима комплимент
8. Напорно радите на својој математици
9. Седећи мирно у библиотеци
10. Чишћење након што поједете ручак
11. Чишћење ваше собе код куће
12. Брига за баку и деду
13. Стрпљиво чекање у реду у продавници
14. Махање комшији
15. Дељење позитивних ствари на мрежи



Одрозити

5-7 минута

Да видимо где сте ставили ствари које сам управо навео. Проверите своје одговоре и ако ставите нешто у други прстен од онога што сам прочитао овде, хајде да разговарамо о вашим идејама. Имајте на уму да би се неки могли тврдити за различите просторе као што је наведено у наставку.

1. Прање зуба - интимно
2. Предајте свој домаћи задатак на време - друштвено
3. Бити добар пријатељ - лични/друштвени
4. Поштивање школских правила – друштвено/јавно
5. Вежбање хорне пре концерта - друштвено
6. Говорити љубазне ствари о себи – интимно
7. Давати другима комплимент - друштвено
8. Напорно радите на својој математици - лично
9. Седење тихо у библиотеци - лично/друштвено
10. Чишћење након што поједете ручак - лично/друштвено
11. Чишћење ваше собе код куће - лично/друштвено
12. Брига о баки и деди - социјално
13. Стрпљиво чекање у реду у продавници - јавно
14. Махање комшији – друштвено/јавно
15. Дељење позитивних ствари на мрежи – јавно

Важно је запамтити да, иако имамо одговорност да будемо љубазни, брижни, услужни и са поштовањем у свим просторима, неки простори (као што је наш интимни и лични простор) су само наша одговорност, баш као што је интимни и лични простор друге особе њихову одговорност. Важно је то запамтити и не давати неком другом моћ над вашим интимним или личним простором или преузимати власт над нечијим интимним или личним простором. То су простори у које морате бити позвани. Међутим, друштвени и јавни простори су флуиднији. Понекад ћемо открити да се дешавају ствари које нису наша одговорност, али понекад ћемо открити да можемо бити од помоћи и показати одговорност (као што је вежбање трубе како бисмо могли да допринесемо на позитиван начин на концерту). Није нужно наша одговорност да осигурамо да цео бенд звучи добро, али је наша

одговорност да се побринемо да звучимо добро! О томе може бити тешко размишљати, али проведите неко време процењујући где су ваше одговорности и како их испуњавате. Не преузимајте одговорности које нису ваше и не одустајте од одговорности које су само ваше.

Прстенови одговорности

