



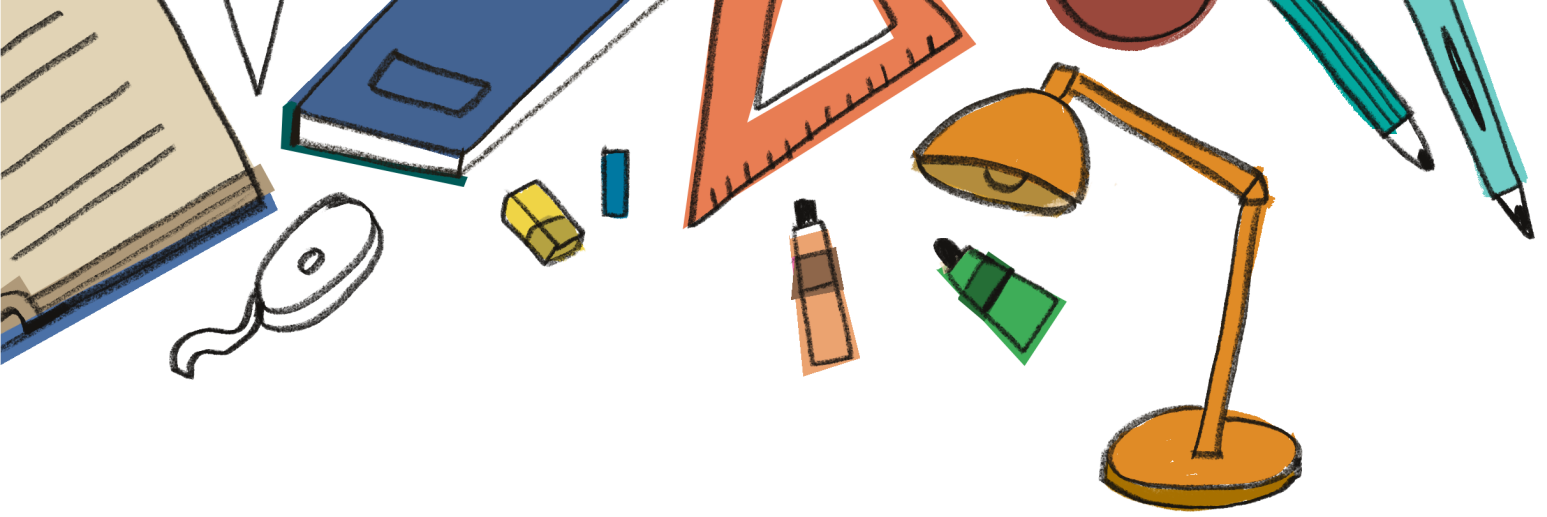
Прилог

Оваа активност се имплементира од страна на
Смарт АП - Лабораторија за социјални иновации Скопје, во рамките на проектот
„Промоција на безбедна училишна средина“.

Проектот „Промоција на безбедна училишна средина“ се спроведува од страна на
Коалицијата на младински организации „СЕГА“ во партнерство со Македонскиот
центар за граѓанско образование, Првата детска амбасада во светот „МЕЃАШИ“ и
СМАРТ АП - Лабораторија за социјални иновации Скопје, а финансиски поддржан од
Детската фондација „Песталоци“.



**MACEDONIAN
CIVIC
EDUCATION
CENTER**

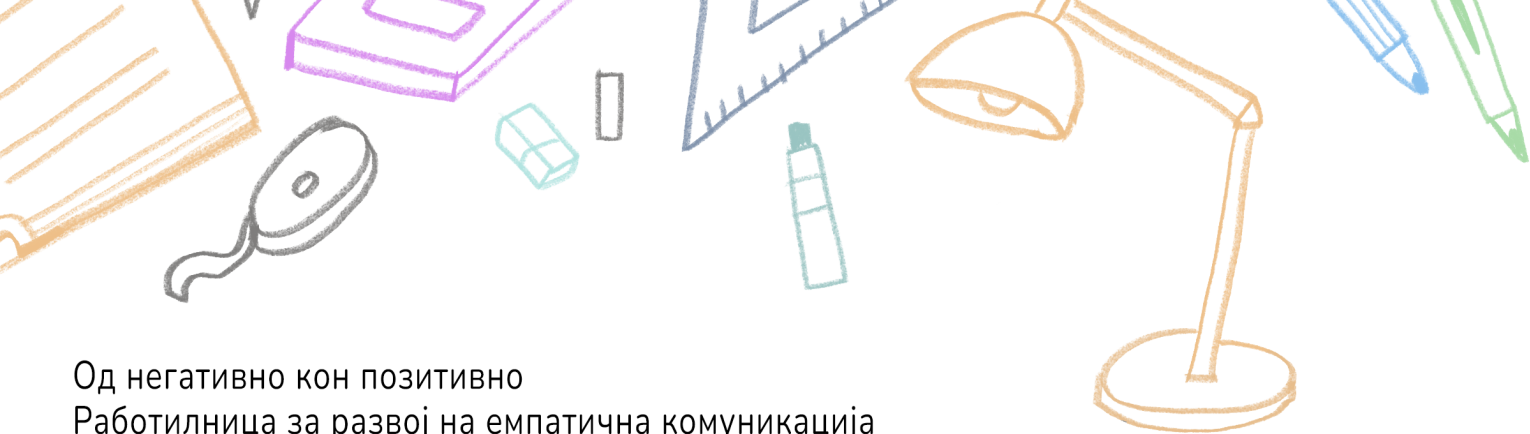


РАБОТЕН ЛИСТ ЗА ТРАНСФОРМАЦИЈА НА ПОРАКИ



Промоција на безбедна училишна средина
Проект поддржан од Детска фондација Песталоци

ЕДУЛАБ



Од негативно кон позитивно
Работилница за развој на емпатична комуникација

Име (по желба): _____

Одделение: _____

Датум: _____

1. Запиши негативна порака што си ја чул/а или прочитал/а (без имиња):

На пример: „Ти ништо не знаеш.“

2. Обиди се да ја трансформираш во позитивна порака:

На пример: „Секој учи со различно темпо. Ако сакаш, можам да ти помогнам.“

3. Како се чувствуваш кога некој ти упатува позитивни зборови?

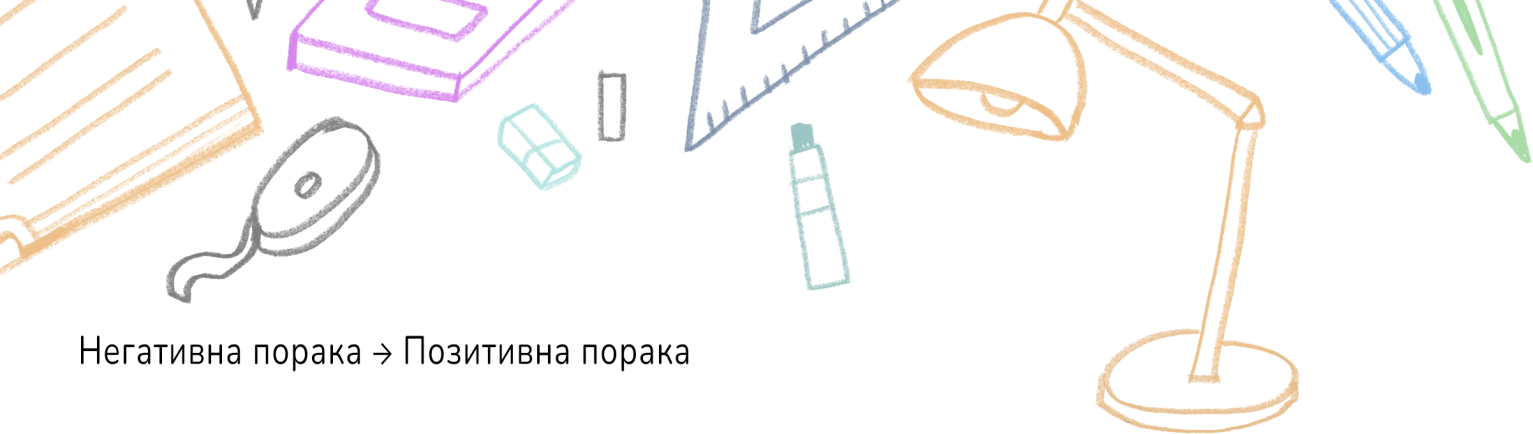
4. Кои зборови ти помагаат да се чувствуваш прифатено и поддржано?

Овој лист е твој придонес кон училиште со повеќе разбирање, почит и добрина.



Промоција на безбедна училишна средина
Проект поддржан од Детска фондација Песталоци

ЕДУЛАБ



Негативна порака → Позитивна порака

„Ти ништо не знаеш.“

→ „Сите учиме постепено – важно е што се трудиш.“

„Никој не те сака.“

→ „Секој заслужува пријателство – а ти си вреден/вредна за пријателство.“

„Смешен/на си!“

→ „Секој е уникатен и тоа е убаво!“

„Дебел/а си.“

→ „Најважно е да бидеш здрав/а и да се чувствуваш добро со себе.“

„Ти си губитник.“

→ „Грешките се начин да научиме и да станеме посилни.“

„Зошто си толку бавен/на?“

→ „Секој има свој ритам – важно е што не се откажуваш.“

„Никогаш нема да успееш.“

→ „Со упорност и верба во себе, можеш да постигнеш многу.“

„Те мразам.“

→ „Ме повреди тоа што се случи, но можеме да разговараме и да се разбереме.“

„Престани, досаден/на си!“

→ „Ајде да најдеме нешто што ќе биде интересно за двајцата.“

„Ти си најлош/а во одделението.“

→ „Секој е добар во нешто – важно е да го пронајдеш тоа што те инспирира.“

