Aktivitātes nosaukums: Aktīvā un konstruktīvā reaģēšana (ACR)

Ilgums: 45–60 minūtes
Skolēnu vecums: pamatskolas vecāko klašu un vidusskolas skolēni
Mācību priekšmeti: sociāli emocionālā mācīšanās, komunikācijas prasmes, mentora/klases audzinātāja stunda

Materiāli:
• izdales materiāls vai plakāts ar četru reakcijas veidu skaidrojumu
• pēc izvēles: attēlu kartītes vai ierosmes stāstīšanai
• refleksijas lapas diskusijai

Labklājības joma: pozitīva komunikācija, attiecību veidošana, emocionālā noturība

Skolēnu līdzdalība: augsta – skolēni aktīvi praktizē un lomu spēlēs izmēģina dažādus reakcijas stilus

Īstenošanas iespējamība skolotājiem: vidēja – nepieciešama piemēru sagatavošana un strukturētas lomu spēles

Kāpēc: Lai mācītu skolēniem konstruktīvas komunikācijas prasmes, kas veido pozitīvas attiecības.

Apraksts:
Aktivitāte ietver:

1. **Iepazīstināšana ar četriem reakciju veidiem**, kad kāds dalās ar jaunumiem:
   o Aktīvi konstruktīva – izrāda patiesu interesi, uzdod jautājumus, apsveic.
   o Pasīvi konstruktīva – īsi apsveic bez papildu iesaistes.
   o Aktīvi destruktīva – izceļ labās ziņas negatīvos aspektus.
   o Pasīvi destruktīva – izrāda neieinteresētību vai maina sarunas tēmu.
   Sniedziet skaidrus piemērus katram veidam.
2. **ACR praktizēšana pāros:**
   o skolēni pāros dalās ar labām ziņām (piemēram, par kontroldarba atzīmi);
   o tiek veicināta aktīva klausīšanās un pozitīva iesaiste.
3. **Lomu spēle:**
   o viens skolēns stāsta stāstu (izmantojot ierosmes vai attēlus);
   o citi reaģē, izmantojot vienu no četriem stiliem, kas slepeni izvēlēts;
   o lomas maina, lai visi varētu pamēģināt gan stāstītāja, gan reaģētāja lomu.
4. **Refleksija un diskusija:**
   o kā jutās dažādas reakcijas?
   o kā pozitīvas reakcijas veicina uzticēšanos, tuvību un pašapziņu?

Līdzfinansē Eiropas Savienība

Eiropas Savienības finansēts. Paustie viedokļi un uzskati atspoguļo autora(-u) personīgos uzskatus un ne vienmēr sakrīt ar Eiropas Savienības vai Eiropas Izglītības un Kultūras izpildaģentūras (EACEA) viedokli. Ne Eiropas Savienība, ne EACEA nenes atbildību par paustajiem uzskatiem.
[Pr. number: 2023-1-SE01-K220-SCH-000159394]

Uzzini vairāk:

Uusitalo, L. & Vuorinen, K. (2022). *See the Good! How to guide children and adolescents to find their character strengths.* Positive Learning.

Passmore, J., & Oades, L. G. (2022). *Positive psychology techniques – Active constructive responding.* Coaching Practiced, 457–460.

Līdzfinansē Eiropas Savienība

Eiropas Savienības finansēts. Paustie viedokļi un uzskati atspoguļo autora(-u) personīgos uzskatus un ne vienmēr sakrīt ar Eiropas Savienības vai Eiropas Izglītības un Kultūras izpildaģentūras (EACEA) viedokli. Ne Eiropas Savienība, ne EACEA nenes atbildību par paustajiem uzskatiem.
[Pr. number: 2023-1-SE01-K220-SCH-000159394]