



Наименование на дейността: Моите чувства чрез цветовете

Таргет група: Групи в неравностойно положение (деца със специални потребности, мигранти, деца с езикови бариери, уязвими деца). Подходяща за всички нива на развитие.

Продължителност: 20–25 минути

Резултати от обучението / цели:

- Да подпомогне децата да изразяват емоциите си чрез алтернативни средства, когато не могат да ги изразят с думи по време на процеса на скърбене.
- Да предостави възможност за емоционално споделяне в безопасна среда.
- Да даде възможност на учителя да наблюдава емоционалните потребности на учениците.

Материали:

- Цветни бои, пастели или флумастери.
- Големи листове хартия.
- Прости карти с изображения на емоционални изразения (щастлив, тъжен, ядосан, изненадан и др.) – по желание.

Насоки за провеждане (за учителя):

1. Учителят подготвя цветните бои, хартията и по желание простите карти с изображения на емоционални изразения, които ще бъдат използвани в дейността.
2. Учителят обяснява на децата, че цветовете могат да бъдат използвани за изразяване на емоции. „Понякога е трудно да изразим чувствата си с думи. Днес ще изразим чувствата си чрез цветовете.“
3. На децата се раздават листове хартия и цветни моливи или бои.
4. Учителят задава въпросите: „Кои цветове бихте използвали, за да опишете себе си днес? Какви емоции има във вас и с кой цвят бихте ги показали?“
5. Децата рисуват своите рисунки. Желаетелите могат да опишат рисунката си с кратко изречение или като посочат отделни елементи.
6. Учителят подхожда към всяка детска рисунка с внимание и без осъждане.
7. В края на дейността се подчертава посланието: „Всяка емоция е ценна. Всички ние имаме различни цветове.“
8. По време на провеждането на дейността учителят трябва да обръща особено внимание на децата, които преживяват негативни емоции. Ако възникнат ситуации, които будят безпокойство (като апатия, прекомерни реакции или несъответстващо поведение), те трябва да бъдат отбелязани и докладвани на службата за педагогическо и психологическо консултиране.

Очаквани резултати:

- Децата ще са изразили емоциите си по безопасен начин.
- Учениците, които изпитват затруднения в словесното изразяване, също ще имат възможност да се изразят.
- Учителят може да наблюдава емоционалното състояние на учениците и да установи индивидуалните им потребности от подкрепа.

Съвети към учителите:

- Бъдете търпеливи: Всяко дете се изразява за различно време; някои започват веднага, а на други може да им е необходимо повече време.
- Уважавайте начина, по който детето се изразява: Някои използват само цветовете, други рисуват форми, а трети добавят думи. Всички тези начини са еднакво ценни.
- Не съдете: Вместо въпроси като „Защо избра този цвят?“, задавайте подкрепящи въпроси като „Как те кара да се чувстваш този цвят?“.
- Бъдете чувствителни към културните различия: При деца мигранти или деца, идващи от различни култури, символичното значение на цветовете може да бъде различно.
- Наблюдавайте: Емоционалната интензивност на детето, избраните цветовете и неговото поведение дават насоки на учителя. При необходимост си водете бележки и осигурете индивидуална подкрепа.
- Създайте безопасна среда: Не оказвайте натиск върху децата, които не желаят да споделят. Тяхното мълчание също е ценна форма на себеизразяване.