



RUĐER OSN. 2003 BOŠKOVIĆ

R U Đ E R B O Š K O V I Ć S C H O O L



Kelso's
Choice

Kelso's Choice

Kelso's Choice je preventivni program osmišljen da osnaži decu za donošenje dobrih odluka i samostalno rešavanje konflikata. Ovaj program se u našoj školi primenjuje već treću godinu, i svi učenici koji nam se pridružuju bivaju obuhvaćeni edukacijom za ovaj program. Ove školske godine smo uveli i vršnjačku edukaciju, u okviru koje su učenici Grade 4B pripremili 3 mini-predstave za učenike Grade 1 i Grade 2. Na ovaj način su prikazali neke problemske situacije i sukobe iz svakodnevnog života učenika i na koji način je Kelso svojim ponuđenim rešenjima pomogao deci da reše probleme na koje su nailazili. Na kraju su organizovali i mali kviz u kom su dodelili nagradu učeniku koji je uspeo da prepozna i objasni 2 od ponuđenih rešenja.

Više informacija o samom programu

Ovaj program uči učenike da:

- Prepoznaju svoje misli, emocije i ponašanje
- Razvijaju unutrašnji lokus kontrole
- Razvijaju ličnu odgovornost za svoje odluke
- Smanje tužakanje
- Nauče razliku između „malih“ i „VELIKIH“ problema
- Razviju veštine rešavanja konflikata u školi i van nje (i kada niko od odraslih nije u blizini).

Nesporazumi u komunikaciji i konfliktne situacije među decom su svakodnevna i normalna pojava. Međutim, uvredljivi komentari i gestikulacije upućene suprotnoj strani, kao i fizički kontakti i napadi na druge učenike su neprihvatljivi načini rešavanja nesporazuma i konflikata u školi.

Naš cilj je da kroz program Kelso-s Choice učenike naučimo na koje sve pozitivne i prihvatljive načine mogu da se snađu u ovim neprijatnim i teškim situacijama.

Program podrazumeva da učenici nauče da naprave razliku između “velikih” i “malih” problema i da kada procene da se radi o “malom” problemu, isprobaju bar dve od naučenih strategija koje su odgovarajuće u datoj situaciji, pre nego što se obrate za pomoć odrasloj osobi. Kada procene da se radi o “velikom” problemu, onda se odmah obraćaju za pomoć odrasloj osobi.

Na ključnim mestima u školi, u svakoj učionici postavljeni su poster, kao i baner u školskom dvorištu i na njima su slikama predstavljena ponuđena rešenja i strategije za samostalno, nenasilno rešavanje konfliktnih situacija.

Primenom ovog programa smatramo da će učenici razviti efikasne veštine rešavanja konflikata koje mogu stalno koristiti. To će im pomoći da se suočavaju sa problemskim situacijama na pozitivan način i da pronalaze adekvatna rešenja da te situacije reše. Kada ovladaju ovim veštinama i u problemskoj situaciji znaju šta da preduzmu, ne osećaju više pritisak u problemskim situacijama i smanjuje se broj konfliktnih situacija u školi i kod kuće u kojima učestvuju.

Prikazi ponuđenih rešenja





GO TO ANOTHER GAME

1. IZABERI DRUGU IGRU

Sva deca vole da se igraju i postoje uvek igre koje su popularnije od drugih. Neka igra može da postane manje zabavna kada, na primer, neko počne da vara ili neko stalno menja pravila igre. Pitanje koje se deci postavlja jeste kako dolazi do toga da ostaju u igri iako ona više za njih ne predstavlja zadovoljstvo jer su navikli da stalno igraju tu istu igru. Kada se u igri pojavi nekoliko „malih“ problema, vreme je da se izabere neka druga aktivnost, da se izabere neka druga igra. To ne znači da su oni odustali, izneverili nekoga i sl, već da su dovoljno mudri i snažni da izaberu onu aktivnost u kojoj će više uživati i koja će za njih biti zabavna.



TALK IT OUT

2. REŠI (RASPRAVI) NESPORAZUM I SASLUŠAJ DRUGOG

Učenci se osnažuju da u svakoj situaciji kada nastane nespornost objasne svoju stranu priče, dok druga strana sluša, kao i da saslušaju svog drugara dok priča o tome šta njemu predstavlja problem u toj istoj situaciji. Kroz igranje uloga: jedan objašnjava, drugi sluša, pa se zamene, učenici prolaze kroz ovakve situacije kada realan problem ne postoji i dočaravaju neku problemsku situaciju, uz učenje veštine slušanja i prihvatanja tuđe perspektive.

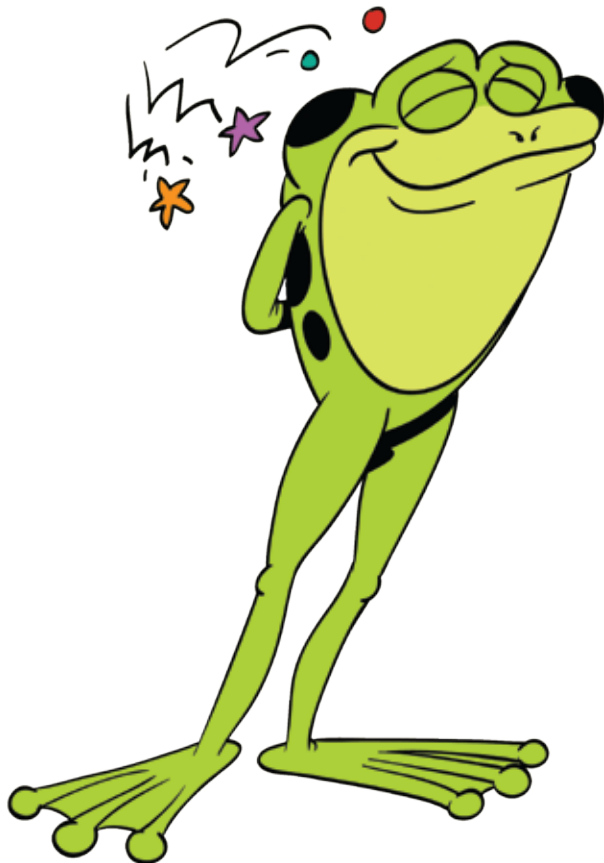
Izbor ovog rešenja može biti uspešan samo ukoliko su obe strane spremne da saslušaju jedna drugu. Takođe, dok govore o tome šta njima predstavlja problem, uče se da koriste JA poruke (asertivnu komunikaciju), a da efekat poruke koju šalju može biti jači ukoliko učenik gleda u oči sagovornika i održava kontakt očima dok priča i ukoliko se učeniku obraća lično, imenom da bi pridobio njegovu pažnju.



SHARE AND TAKE TURNS

3. DELI STVARI I SAČEKAJ SVOJ RED

U svakodnevnom radu i druženju u školskoj sredini, učenici su često u situaciji da moraju da dele zajedničke stvari i da nauče da sačekaju svoj red, iako ponekada mogu svi da požele da budu prvi u nečemu (da stanu prvi u red, da prvi uzmu užinu, da prvi ispričaju neku priču i sl.). Zajedno sa učenicima se modeluje ponašanje kako da učenik pristojno zamoli drugog učenika da mu da nešto što trenutno koristi, a zajedničko je, kroz glumu i zamenu uloga. Takođe, na koji način sve mogu da se dogovore i odluče ko će neku aktivnost prvi da izvodi. Ovo rešenje je od izuzetne važnosti za prevenciju posledica koje se mogu pojaviti ukoliko to ne činimo (npr. svađa, povređenost osećanja, nemogućnost da se završi zadatak do kraja i sl.)



IGNORE IT

4. IGNORIŠI PROBLEMATIČNO PONAŠANJE

Prilikom uvođenja ovog rešenja, sa učenicima se jasno izlistavaju situacije u kojima je ovakvo rešenje moguće i efikasno. Posebna pažnja se posvećuje postupnosti u primeni ovog i drugih ponuđenih rešenja, pa tako, znajući da je veoma je teško ignorisati problematično ponašanje (ruganje, zadirkivanje) predlaže se da učenik pokuša da ignoriše nekoliko dana pre nego što osoba koja to radi odustane i prestane. Ukoliko se učenik odluči da ignoriše, treba da zna da to nije način da se brzo i lako reši problem, ali kada na kraju uspe u tome, efekat je često veoma trajan (retko se ponavljaju takve situacije).

Pošto se ponekad dešava da ignorisanjem ne možemo rešiti problematično ponašanje i taj ko se tako ponaša može da postane i gori u nameri da privuče nečiju pažnju ili još više počne da vređa, kada ne dobije tu potrebnu pažnju on često počne još gore da se ponaša, ali ako ne naiđe na očekivanu pažnju, on ipak na kraju često odustane.

Ovo rešenje se modeluje prikazivanjem pogrešnog načina za ignorisanje uz odgovarajući stav tela, nervozu, strah, ljutnju i sl. (ljutit pogled, prekrštene ruke, stisnute pesnice, duvanje kroz nos, uvučena ramena i sl.), kao i pravog načina za ignorisanje uz odgovarajući stav tela, mimiku i pokrete (smiren izraz lica, opušteno telo, samopouzdanje).

Na kraju se ostavlja prostor da ukoliko ovaj "mali" problem preraste u "veliki" problem nakon određenog vremenskog perioda se učenik obrati za pomoć odrasloj osobi u koju ima poverenja.



WALK AWAY

5. UDALJI SE OD PROBLEMSKE SITUACIJE

Ovo rešenje se obično preporučuje u kombinaciji sa ignorisanjem. Učenicima se preporučuje da se udalje od nekoga ko ih zadirkuje i da biraju drugo društvo. Često nastane problem kada je osoba koja ih zadirkuje neki njihov dobar drug, pa da odlučuju da ostanu drugari iako im smeta to ponašanje.

Prikazivanjem ovog rešenja modeluje se neprikladno udaljavanje (uplašeno ili besno istrčavanje iz situacije), kao i pravilno udaljavanje tako što se učenik polako i sigurno okreće i odlazi. Akcenat se stavlja na mogućnost svesnog izbora i donošenja odluke i osnaživanje učenika da preuzme kontrolu nad situacijom.



(PLEASE) TELL THEM TO STOP

6. RECI IM (ZAMOLI IH) DA PRESTANU

Ovo rešenje se obično preporučuje ukoliko ignorisanje nije uspelo posle izvesnog vremena. Onda učenik može da pokuša da kaže osobi čije mu ponašanje ne prija da prestane da radi to što radi, a što njemu smeta i na taj način reši taj isti problem, naravno, ukoliko to izvede na pravi način.

Modelovanje ovog rešenja podrazumeva takođe primenu pogrešnog i pravog način. Pogrešan način bi bio da učenik plaćući moli dok izgovara rečenicu: „Molim te da prestaneeeeeeš“ ili se obraća agresivnim tonom i naređuje: „Prestani!!!!“. Pravilan način primene ove strategije podrazumeva da pridete osobi, pogledate je u oči i kažete tihim i mirnim tonom: „Sada je stvarno dosta. Prestani.“



APOLOGIZE

7. IZVINI SE AKO SI POGREŠIO

Dešava se da čak i kada smo mi pogrešili, ne želimo to da priznamo ni sebi ni drugima, trudimo se da pronađemo krivca u drugima i produbljujemo konflikt umesto da se prosto izvinimo što smo pogrešili.

Učenici treba da shvate da izvinjenje mora biti iskreno i da druga osoba treba da bude u stanju da izvinjenje primi i prihvati. Ponekada učenik treba da sačeka i neko vreme pre nego što se situacija smiri i pre nego što se izvini za svoj postupak.

Zajedno sa učenicima se prolazi kroz dva dela izvinjenja:

- RECI nešto: Pogledaj osobu kojoj se izvinjavaš u oči i reci joj zbog čega se izvinjavaš.
- URADITI nešto: Preduzeti nešto ili prestati sa određenim ponašanjem da bi se problem rešio (npr. popraviti slomljenu igračku ili prestati sa „prozivanjem“ da je neko beba.)

Ovde takođe modelujemo nepravilan način izvinjenja (zajedljivo, bez razmišljanja, površno, bez prateće gestikulacije i stava tela izgovorite beznačajno i bezlično: „Izvini“), kao i ispravan način izvinjenja: „Pogledaj osobu kojoj se izvinjavaš u oči i reci joj zbog čega se izvinjavaš, saosećajno i iskreno i ponudi podršku i pomoć.“



MAKE A DEAL

8. DOGOVORITE SE (NAPRAVITE KOMPROMIS)

Ovo rešenje, kao i izvinjenje, zahtevaju određenu dozu emotivne zrelost. Učenicima se objašnjava da kada traže kompromisno rešenje za neki problem ili situaciju da malo nečega izgube, ali da puno dobijaju. Za postizanje kompromisnog rešenja veoma je važno razviti veštine pregovaranja kod učenika.

Primer: Dve devojčice žele da se igraju različitih igara za vreme odmora. One će izgubiti malo vremena dok se dogovore i neće igrati baš ono što bi želele tokom celog odmora, ali će dobiti društvo za igru i zabaviće se.

Sa učenicima se zajednički dolazi do toga u kojim bi sve situacijama mogli da primene ovu strategiju, kako će vršiti pregovore, kako će se „cenjkati“ za svoju ideju. Neke od njihovih igara, kao što su kamen-papir-makaze, biranje broja od 1 do 10, bacanje novčića su takođe neki od načina na koje se može doneti odluka i napraviti dogovor i one se mogu primeniti u ovakvim situacijama.



WAIT AND COOL OFF

9. SAČEKAJ I NE REAGUJ DOK SE NE „OHLADIŠ“

U situacijama kada svi ostali pokušaji propadnu i „mali“ problem počinje sve više da im smeta, učenicima se preporučuje da se sklone iz situacije dok se ne „ohlade“ i budu u stanju da problem rešavaju hladne glave. To podrazumeva bukvalno i fizički da se sklone iz situacije, odu na neko mirno mesto i razmisle kako mogu da reše ovaj problem. Dobra odluka se teško može doneti u situacijama kada smo obuzeti jakim emocijama, tako da najbolje rešenje da se iz situacije sklonimo, razmislimo i nađemo neko drugo rešenje za tu situaciju koje može biti efikasnije od dosada primenjivanih rešenja koja nisu imala željeni efekat.

Sa učenicima se izlistavaju mesta u školi, kod kuće, u komšiluku itd, gde mogu da odu da se smire i da na miru razmisle o problemu i kako da ga reše (svako piše svoj podsetnik koji će koristiti kada budu u problemu).



GO TO ANOTHER GAME



SHARE AND TAKE TURNS



TALK IT OUT



WALK AWAY



IGNORE IT



(PLEASE) TELL THEM TO STOP



APOLOGIZE



MAKE A DEAL



WAIT AND COOL OFF

Rešenje koje učenik bira u određenoj situaciji je ono za koje misli da može biti efikasno. Nije svako rešenje primenljivo u svakoj situaciji i učenici uče da prave razliku kada koje rešenje mogu da primene. Svako treba da primeni bar dva rešenja od ponuđenih (ako jedno ne upali, pokuša se nešto drugo) i ima dovoljno strpljenja da sačeka da to rešenje deluje i ima efekta. Ukoliko nijedno od dva primenjena rešenja ne postigne željeni efekat, učenici se obraćaju za pomoć i savet odrasloj osobi od poverenja (učitelji, nastavnici, psihologu itd.). Na ovaj način se učenici uče da veruju u svoje snage da mogu da izađu na kraj sa problemom samostalno, jer kada jednom uspeju da reše problem na jedan od predloženih načina, svaki sledeći put će sami preuzimati kontrolu nad situacijom i pronalaziti rešenje sa više samopouzdanja.