



NOSARGĀT DRAUDZĪBU

Lai justos labi, nepieciešams rūpēties ne vien par savu ķermenzi, bet arī savu emocionālo labsajūtu. Ikdienā piedzīvojam daudz dažādu sajūtu un emociju – gan patīkamas, gan ne visai patīkamas. Reizēm emociju un domstarpību iespaidī veidojas strīdi vai konflikti. Tas var būt īsts izaicinājums gudri atrisināt konfliktsituācijas, jo ne vienmēr uzreiz varam izdomāt, kā būtu pareizāk rīkoties.

Uzdevumu lapā aprakstītas 4 situācijas. **Uzmanīgi izlasiet katru situāciju un piedāvātos situāciju risinājumus! Katrai situācijai viens no piedāvātajiem risinājumiem ir vispiemērotākais, lai nosargātu draudzību.**

1. SITUĀCIJA:

Guntars šodien uz skolu atbraucis ar savu jauno skūteri. Daudzi zēni grib pamēģināt ar to pabraukāties. Guntars jau nav skops, viņš gatavs dalīties ar draugiem, bet Aldis paņēmis skūteri bez atlaujas. Tas sadusmojis Guntaru. Tagad Aldis smejas, braukā pa apli ar Guntara skūteri un nedod to atpakaļ. Guntars jūtas ļoti nokaitināts.

Atzīmē, kurš no piedāvātajiem risinājumiem būtu vispareizākais šajā situācijā, lai nosargātu draudzību starp Guntaru un Aldi!

- Guntaram jādabū cits skūteris, lai varētu Aldim dzīties pakal.
- Guntaram jāpagrūž Aldis, kamēr viņš brauc garām, lai viņš nokrīt no skūtera un to varētu dabūt atpakaļ.
- Nav jāiesaistās Alda kaitināšanas spēlītē. Jācenšas saglabāt mieru un nopietni un neatlaidīgi jāsaka Aldim, lai atdod skūteri. Ja tas nepalīdz, jālūdz palīdzība kādam pieaugušajam.
- Guntaram jāsāk blaut uz Aldi pēc iespējas skaļāk, lai viņš izbeidz.
- Jāzvana uzreiz policijai.



2. SITUĀCIJA:

Uldis jūtas bēdīgs. Bērni klasē viņam liekas ļoti nejauki. Klasesbiedrenes vienmēr par viņu sūdzas skolotājai. Zēni negrib viņu pieņemt savās spēlēs. Kad Uldis ar Ģirtu abi mētāja Sanitas penāli pa visu klasi, tā taču bija jautrība! Un kad Uldis uzzīmēja uz tāfeles Emīlu kā velnu, tas taču arī bija smieklīgi? Nu, tikai ne pašam Emīlam. Kad Uldis mūzikas stundā taisīja jautrību un pilnā balsī dziedāja operu, visi klasē smējās, izņemot skolotāju. Bet tikko jautrība beidzas, neviens negrib ar Uldi sēdēt vienā solā. Tā vien liekas, ka klasesbiedriem viņš nepatik.

Atzīmē, kurš no risinājumiem Uldim, visticamāk, palīdzēs sadraudzēties ar klasesbiedriem!

- Uldim vajadzētu pirkst klasesbiedriem našķus un tos dot tiem, kuri būs ar mieru ar viņu draudzēties.
- Uldim palīdzēs tas, ja viņš sāks valkāt stilīgākas drēbes un nopirks visjaunāko mobilo telefoni.
- Uldim jāatvainojas bērniem, kuriem nodarījis pāri, un jāpieskata, lai viņa rīcība turpmāk nevienu neaizskartu.
- Uldim jākļūst populāram internetā.
- Uldim vajadzētu izdomāt kādu vēl smieklīgāku joku, ar ko pārsteigt visus klasesbiedrus.

3. SITUĀCIJA:

Vilma jūtas ļoti satraukta. Māmiņa vakar bārās, ka esot pazaudēti gandrīz visi krāsainie zīmuļi. Tie esot maksājuši lielu naudu, un māmiņa saka – Vilmai jāmācās būt atbildīgākai un jāsargā savas mantas. Vilma nolēma, ka centīsies būt ļoti uzmanīga, lai tā vairs nenotiktu. Viņa nolēma neizlaist savus jaunos zīmuļus vairs no acīm.

Šodien skolā zīmēšanas stundas laikā Vilma negribēja aizdot savus zīmuļus draudzenei Zanei. Draudzene viņu nosauca par "Skopuli". Viņai tagad nāk raudiens un ir liels rūgtums sirdī par draudzeni Zani. Tas liekas tik netaisnīgi, kā Zane rīkojusies. Vai draudzība beigusies?

Atzīmē, kurš no risinājumiem varētu palīdzēt atrisināt konfliktu meitenēm!

- Vilmai vajadzētu pateikt Zanei, ka jūtas sarūgtināta par to, ka tiek apsaukāta, un izstāstīt, kāds ir patiesais iemesls, kāpēc viņa negrib aizdot zīmuļus.
- Vilmai vajadzētu pārsēsties citā vietā un ar draudzeni Zani vairs nesarunāties.
- Vilmai vajadzētu sākt skaļi raudāt un saukt skolotāju, lai viņa nolamā Zani par tādu netaisnīgu rīcību.
- Vilmai vajadzētu atvainoties un uzdāvināt savus zīmuļus Zanei.
- Vilmai vajadzētu nosaukt Zani par "Izspiedēju", jo viņa ir pārāk uzstājīga, kā arī tāpēc, lai uzzina, kāda ir sajūta, kad tevi apsaukā.



4. SITUĀCIJA:

Rutai ir žēl Betijas. Daži klases zēni viņu apsmej par viņas brillēm. Viņi bieži apsaukājas. Betija nekā pretī nesaka. Viņa ir pārāk kautriņa. Ruta negribētu būt Betijas vietā. Viņu pašu gan puikas neaiztieki. Viens no zēniem dzīvo viņai kaimiņos un viņi ir pazīstami no bērnības. Ruta domā, ka puikas jau tikai jokojās un zina, ka patiesībā viņi prot būt arī ļoti draudzīgi. Tomēr Ruta uztrauc tas, ka šodien zēni apsaukājoties bija Betiju noveduši līdz asarām.

Atzīmē, kurš no piedāvātajiem risinājumiem būtu jāizvēlas Rutai!

- Rutai nevajadzētu jaukties Betijas un klasesbiedru attiecībās, jo Ruta pašai nekas nedraud.
- Ruta jāaizrāda zēniem par apsaukāšanos un jā piedāvā sava palīdzība Betijai.
- Rutai vajadzētu par situāciju uzrakstīt internetā, lai visi klasesbiedri zina šo problēmu un sāk to risināt.
- Rutai vajadzētunofilmēt, kā zēni apsaukā Betiju un nosūtīt pašai Betijai, lai viņai ir pierādījumi par puišu uzvedību.
- Rutai vajadzētu pamēģināt apsaukāt zēnus tādiem pašiem vārdiem, lai viņi arī tiktu sāpināti tāpat kā Betija.

