

MOJE NE

Cíl

Sebepoznání a zdravé vymezení hranic

Poznámky

Jako motivaci můžeme dětem přečíst nedokončený příběh z časopisu DUHA č. 9 (2014–2015), příp. si zahrát jednu z předchozích her.

Věk

Od 10 let

Čas

Cca 10 minut

Pomůcky

Žádné, příp. časopis DUHA č. 9 (2014–2015)



Postup

Děti si vyplní pracovní list. Kdo chce, může z něj cokoli ostatním přečíst, a kdo chce, může o přečteném diskutovat.

MOJE NE

Papír je pouze pro tebe. Pomůže ti uvědomit si, zda umíš říkat špatným věcem NE a co by ti pomohlo, aby se ti to příště podařilo.

Nejprve si vzpomeň na situaci, kdy jsi řekla ANO, ale vlastně bys raději řekl/a NE – kamarádovi, kamarádce, rodičům, paní učitelce nebo někomu jinému.

- Proč to bylo v té chvíli tak těžké?
- Měl/a jsi strach říct NE? Proč?
- Co si myslíš, že by se stalo, kdybys řekl/a NE?
- Jaké to je pro tebe, když ti někdo jiný řekne NE, když to, co mu nabízíš, odmítne?

- Ve kterých situacích nebo komu je pro tebe těžší říct NE? Proč si myslíš, že to tak je?

- Co bys potřeboval/a, abys toto NE dokázal/a vyslovit? Kdo by ti mohl pomoci, nebo kdo by mohl za tebe tvé NE vyslovit, když se ti to samotné/mu příště nepodaří?

