

## Работни листове: Силата на позитивното общуване



Позитивните думи  
повдигат духа ни,  
помагат ни да  
променяме себе си и  
околните.

Общуването е първа необходимост. То ни е нужно така както ни е нужен и въздухът, който дишаме.

Общуването отваря и затваря врати, създава приятелства, дава усещане за разбиране, споделеност, топлина и приемане, но за съжаление понякога създава напрежение и конфликти.

### 1. Как можем да общуваме:

- ✓ Чрез думи: Общуването може да бъде положително (позитивно) и отрицателно (негативно).

- Една небрежно изречена дума може да запали вражда.
- Една горчива дума може да внуши омраза.
- Една жестока дума може да съсипе живот.
- Тежка рана зараства, тежка дума не се забравя...

- + Една любезна дума може да прокара път.
- + Една добра дума може да осветли деня.
- + Една уместна дума може да облекчи стреса.
- + Една любяща дума може да излекува и благослови.

## Добрата дума железни врати отваря!

- ✓ Чрез мимики и жестове:

Чували ли сте за Чарли Чаплин?

### **2. Кой влияе на общуването ни:**

- ✓ Добрите емоции 😊 ■ когато сме радостни и щастливи, ние сме добра компания и общуването е спокойно и забавно.
- ✓ Лошите емоции ☹️ ■ когато сме тъжни или ядосани, общуването почти никога не се получава добре.

Предлагам ви една басня, върху която да разсъждаваме:



## Слънцето и вятърът

Слънцето и вятърът спорили кой от тях е по-силен.

- Аз съм толкова силен, че мога да издухам всички облаци от небето – казал вятърът.

Слънцето пък рекло:

- Аз съм по-силно, защото мога да изпаря водата от морето и така да направя още повече облаци.

Двамата спорили така дълго време. Тогава видели по пътя под тях да върви момче, облечено в палто.

- Да видим кой ще успее да свали палтото от гърба на момчето – предложил вятърът.

Слънцето приело.

Пръв вятърът задухал с все сила. Най-напред в лицето, после в гърба на момчето. Но колкото повече духал, толкова по-плътно момчето се увивало с дрехата. Вятърът духал, духал и накрая се отказал.

Дошъл ред на слънцето. То се показало иззад облаци и огряло земята. Погалило с лъчите си момчето. На него му ставало все по-горещо и по-горещо. Скоро вече не можело да понася горещината, затова свалило палтото си. Така слънцето победило.

Поука: С доброта и уважение можеш да постигнеш повече, отколкото със сила.

Из "52 приказки с поука"

Упражнение:

1. По какъв начин слънцето общува с момчето?.....  
.....
2. По какъв начин вятърът общува с момчето?.....  
.....
3. Със сила и грубост можем ли да спечелим приятели?.....  
.....
4. Какво бихте посъветвали вятъра?.....  
.....

**Музикален поздрав: "Вълшебни думи"** <https://www.youtube.com/watch?v=v9uAIIEYng>

**Благодаря за вниманието!**

Изготвил: Светлана Грозданова – училищен психолог