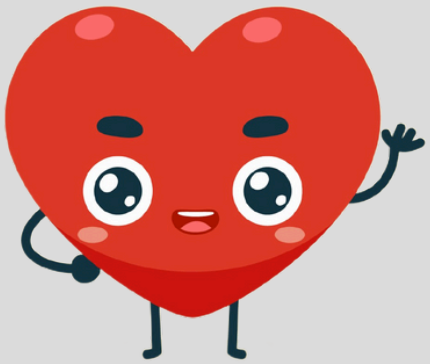
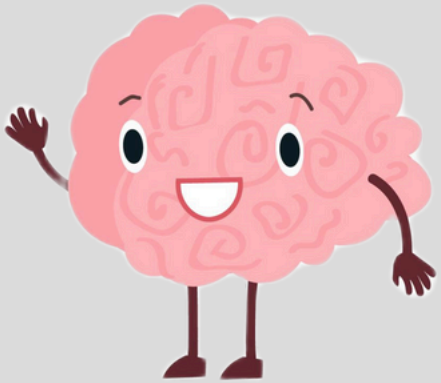
Jak się czujesz?

Historia Serca i Rozumu

Numer piąty





EQstudents
Emotional Intelligence
The mind that feels

Co-funded by
the European Union

EQstudents
Emotional Intelligence
The mind that feels

Co-funded by the European Union

Numer projektu: 2021-1-PL01-KA220-SCH-000029785

Partnerzy:

OIC POLAND | FUNDACJA AKADEMII WSEI

FONDAZIONE PATRIZIO PAOLETTI
PER LO SVILUPPO E LA COMUNICAZIONE

CENTRE FOR COMPETENCE DEVELOPMENT CYPRUS

ASOCIAȚIA DE TERAPIE FAMILIALĂ ȘI DE CUPLU TIMIȘOARA

OLYMPION HIGH SCHOOL

ASSERTED KNOWLEDGE
THE ICT EQUALISERS

Szkoła Podstawowa nr 38
im. Henryka Sienkiewicza
w Lublinie

Źródła:

Postać Serca: designed by DrawingMyDiary – Freepik.com

Postać Rozumu: Nataliia Darmoroz / Alamy Stock Vector

Tło boiska do piłki nożnej: image by brgfx - Freepik.com

Wiesz, Serce, relacje międzyludzkie są jak... piłka nożna!
Piłka nożna? Ciekawa analogia, Rozumie. Co masz przez to na myśli?

Cóż, tak jak w piłce nożnej, jeśli chcesz wygrać, musisz podawać piłkę, dzielić się nią i komunikować. Nie możesz tego wszystkiego robić sam!
Ach, rozumiem! Relacje wymagają pracy zespołowej i zaufania, podobnie jak drużyna piłkarska. Jeśli wszyscy współpracują, jest fajniej, jesteśmy silniejsi.

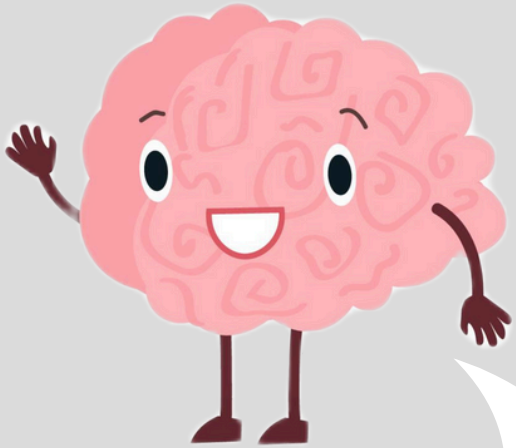
Dokładnie! Ale nie chodzi tylko o zwycięstwo. Chodzi o wzajemne szanowanie się. Na przykład, jeśli ktoś nie odda strzału lub popełni błąd, nie krzyczy się na niego. Pomaga mu się rozwijać!
Racja! Błędy są częścią uczenia się. Ale nie każdy to rozumie. Czasami ludzie potrafią szybko ocenić innych. Co w takim razie powinni zrobić?

To świetna wskazówka! Empatia pomaga nam reagować życzliwie, zamiast się złościć. Ale co, jeśli ktoś nadal będzie niemiły? Na przykład celowo nie poda piłki?

Hmm, cóż, tu właśnie pojawiają się granice. Musisz jasno wyrazić, kiedy coś jest nie w porządku. Możesz powiedzieć: „Hej, nie podoba mi się Twoje zachowanie. Czy możemy współpracować lepiej?”
Krótko mówiąc, udane relacje polegają na komunikacji, empatii i wyznaczaniu granic. Podobnie jak w przypadku każdej dobrej drużyny piłkarskiej, musisz pracować nad tymi umiejętnościami, aby je udoskonalać.

Ciąg dalszy nastąp...

Hej! Czy przychodzi Ci na myśl taki moment, kiedy stawiasz się w sytuacji kogoś innego?



Zatrzymaj się na chwilę i pomyśl o tym.
Do zobaczenia następnym razem!

Co-funded by
the European Union

Finansowane przez Unię Europejską. Wyrażone poglądy i opinie są jednak wyłącznie poglądami i opiniami autora(autorów) i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds.Edukacji i Kultury (EACEA). Ani Unia Europejska, ani EACEA nie mogą być za nie pociągnięte do odpowiedzialności.

Numer projektu: 2021-1-PL01-KA220-SCH-000029785

CC BY NC SA