

# 23. óra Hogyan szeresselek



## Erkölcstan

szerep

önismeret

felelősség

család

szabály

szeretet



# Jelölések:

BLZS<sup>©</sup>

- Színjelölés

(Mindig csak a pirosakat kell leírni...



- Házi feladat

(HF ellenőrzésé és új feladatok)



- Tankönyv

(Könyvek, jegyzetek rövid kivonatai...)



- Önálló munka füzetbe

(Az adott kérdések feldolgozása füzetbe)



- Képek

(Az adott témával kapcsolatos képekhez találj ki címet)



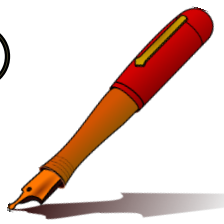
# 23. óra Hogyan szeresselek



## HF! Ellenőrzés

- Melyek a jó és rossz kapcsolatok szerinted érvényes ismérvei?
- Milyen fontos emberi szükségleteink vannak, és melyek azok, amelyek egy kapcsolatban szerepet játszanak?





## Hogyan szeresselek?

- A mottóból ihletet merítve írjatok ti is verses sms-t (elképzelt vagy valós) kedveseteknek!

ó künn a hó a fákra es  
máris hiányzol drága S  
e szív csak érted esdekel  
jó lesz beszélni este tel  
a hó a szív oly olvadé  
csokol körülkarolva  
dé

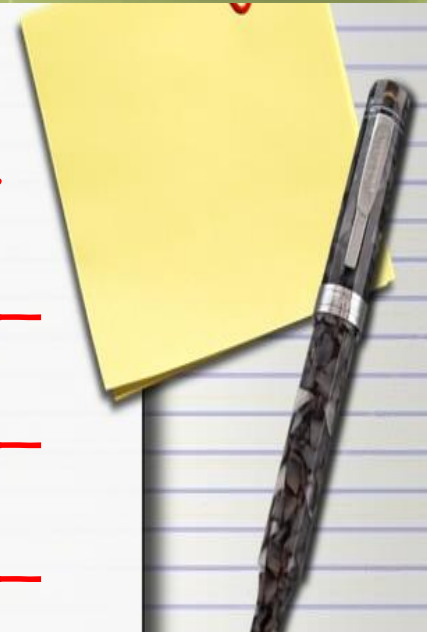
Varró Dániel: sms #2

Füzetedbe válaszolj a kérdésekre

---

---

---





# 23. óra Hogyan szeresselek



A hollywoodi filmeknek, szappanoperáknak és a lányregényeknek köszönhetően elég irreális képünk van a párkapcsolatokról, házasságról.



# 23. óra Hogyan szeresselek



**A veszekedés minden kapcsolatban normális.**  
Nem lehet mindig mindenről ugyanaz a véleményetek, nem kell állandóan egyetértenetek. **A lényeg az, hogy hogyan zajlanak le ezek a viták, és hogyan oldjátok meg a helyzetet!**



# 23. óra Hogyan szeresselek



A harmonikus házasságban élők nagyon jól ismerik egymás gondolatait, vágyait, problémáit, érzéseit.

Ezt azzal érik el, hogy nagyon sokat beszélgetnek egymással.



## 23. óra Hogyan szeresselek



Nem veszitek el a másik önállóságát, szabadságát. **A párkapcsolat nem börtön, nem szimbiózis.** Fontos, hogy az együtt töltött idő mellett **mindkettőtöknek legyen saját ideje is**, amikor egyedül vagy a barátaival lehet, a hobbijával foglalkozhat. Nem fojthatod meg a szereteteddel a másikat!





# 23. óra Hogyan szeresselek



Kapcsolatotok teljes bizalomra épül, védelmet és támogatást nyújtotok egymásnak. Otthonotok a biztos menedék, ahová egy fárasztó, stresszes nap után vissza lehet vonulni. Mindig számíthatsz társad támogatására, bátorítására.



## 23. óra Hogyan szeresselek



A kapcsolat működtetésében mindketten egyformán részt vesztek.

Egyikőtök sem érzi úgy, hogy ő folyton csak ad, míg a másik csak kivesz a kapcsolatból.  
Az arányok persze folyamatosan változnak.



# 23. óra Hogyan szeresselek



**Pénzügyeitekről közös döntéseket hoztok.**

Egyikőtök sem akar a pénzen keresztül hatalmi helyzetbe kerülni. A pénzt egyaránt használjátok az öröm és a biztonság megteremtésére. **Pénzügyeiteket megtervezitek, van családi költségvetésetek.**





# 23. óra Hogyan szeresselek



## 1. „Kesergő” – mi történt velünk?

A képregény alapján meséljétek el vagy dramatizáljátok egy kapcsolat történetét!





# 23. óra Hogyan szeresselek



## 3. Szükségeink a kapcsolatban

Kapcsolataink azonban általában nem jók vagy rosszak, legtöbbször találunk bennük örömet és konfliktust egyaránt. Nem feltétlenül az a jó kapcsolat, amelyik konfliktus nélkül való, hanem az, amelyikben megélhetjük az összetartozás örömét, miközben alapvető emberi szükségleteink nem sérülnek. Ezt a jelenséget írja le a következő rövid történet.

Néhány sündisznó roppant fázik egy téli éjszakán. Összebújnak hát, hogy egymást melegítve védekezzenek a hideg ellen. De mennél jobban összebújnak, annál jobban érzik egymás tüskéit, annál jobban szúrnak. Próbálnak hát távolodni. Csakhogy akkor ismét dideregnek. Valahogy így van ez az emberrel is. Ha eltávolodik társaitól, minden kihűl körülötte, rideg lesz az élete. Ha közelít hozzájuk, némely szúrást, esetleg akaratlan tüskét el

kell viselnie. De még mindig jobb szeretteink tüskés kedvét eltűrni, mint belefagyni az egyedülletbe. Elvégre nekünk is vannak tüskéink, amelyeket a hozzánk ragaszkodók kénytelenek eltűrni. S ha él bennünk megértés, szeretet, e túskeparbaj sosem okoz veszélyes sérüléseket.

*Kunitzer Szonja: Senki sem tökéletes*



# 23. óra Hogyan szeresselek



- Alább néhány fontos szükségletünket gyűjtöttük össze. Ezek közül melyek vezetnek az embereket arra, hogy a sünikhez hasonlóan „összebújjanak”? És melyek azok, amelyek inkább a széthúzódás felé viszik őket?
- Válasszatok ki három szükségletet, és találjatok ki olyan példákat, ahol ezek teljesülnek, vagy pont fordítva, sérülnek!





# 23. óra Hogyan szeresselek



## 5. Olvasói levelek

Most néhány kamaszok által írt levelet mutatunk nektek. Szerzőik problémával küzdenek, tanácsot kérnek. Csoportokban dolgozva válasszatok egy levelet, és dolgozzátok fel az alább leírtak szerint!

- Értelmezzétek, hogy mi is a probléma! Próbáljátok kitalálni, mi állhat a háttérben! Ehhez gondoljátok végig a történetet a többi szereplő szemszögéből is!
- Fogalmazzatok választ a levélírónak a saját nevetekben, vagy, ha ez könnyebb, a következő szereplők valamelyikének a nevében!



„KICSI” 13 éves lány vagyok. A problémám az, hogy a velem egykorú fiúk számomra túl gyerekesek. A nálam idősebb fiúknak pedig én nem kellek. Van egy fiú, aki 19 éves lesz, és úgy érzem, hogy nagyon szeretem. Bevallottam neki, hogy szeretem, de ő nem válaszolt. Viszont azóta, amióta találkozunk, sokkal kedvesebb, mint eddig. Mit csináljak? Hogyan bírjam ki a várakozást?

# 23. óra Hogyan szeresselek



„KONDIS” Három hete járok Krisztivel, nagyon tetszik. Amikor együtt megyünk bulizni, nagyon büszke vagyok, szerintem mindenki engem irigyel. Csak egy baj van: nem szereti, hogy minden második nap edzőterembe járok a haverokkal. Azt mondja, jobb lenne együtt ebédelni náluk, utána meg elmenni valahova... hogy így túl kevés időt töltünk egymással. Mit csináljak? Nekem fontos a kondi, meg szeretek a barátaimmal is lenni, de az is rossz, ha ő haragszik rám ezért.

„REMÉNYTELEN” Tudod, én csípőficammal születtem, és akkor, kiskoromban rendbe is hoztak. De két éve megrövidült a bal lábam. Fel vagyok mentve tornából, ami nagyon elkeserít, hiszen azelőtt megyei futóbajnok voltam. Pár lány iksz-lábúnak nevez, ez nagyon rosszul esik. Az bánt a legjobban, hogy köztük van az a lány is, akibe én halálosan szerelmes vagyok. Mi lesz így velem? Kinek kellek majd?

„NEM-CSAJJOZÓS” Minden barátomnak van barátnője, csak nekem nincsen. Élvezem az életet, boldog vagyok és ez soha nem okozott számomra problémát, viszont a barátaim másról sem beszélnek, csak a csajozásról. Lehet, hogy valami nincs velem rendben?



# 23. óra Hogyan szeresselek



► Egri csillagok, r.: Várkonyi Zoltán, 1968. Venczel Vera és Kovács István



► Pierre Cabanel: Daphnis és Chloë, 1870



► A kőszívű ember fiai, r.: Fábri Zoltán, 1964. Mécs Károly és Polónyi Gyöngyi



► Büszkeség és balítélet, r.: Joe Wright, 2005. Matthew Macfadyen és Keira Knightley

# 23. óra Hogyan szeresselek



## Kapcsolataink

A fejezet témáinak felidézéséhez most alkossatok csoportokat, és gondoljátok végig két ember kapcsolatának jellemzőit! Folytassátok a megadott példák listáját minél több ötlettel! Visszalapozhattok a tankönyvben vagy füzetetekben.

- **Milyen kapcsolat lehet a két ember között?**

- ...barátok...
- ...rokonszenvesek egymásnak...
- ...jóban voltak, de összevesztek...
- ...alakul a barátságuk...
- ...testvérek...
- ...távoli rokonok...
- ...ellenszenvesek egymásnak...
- ...tetszenek egymásnak...
- ...egyikőjük titokban szerelmes a másikba...
- ...osztálytársak, de nem ismerik egymást...

- **Mi az, ami közelebb viheti őket egymáshoz?**

Minden csoport válasszon egy lehetséges kapcsolatot, és ahhoz gyűjtsetek ötleteket! Melyek fordultak elő a leggyakrabban?



Ha barátok...

...megosztják egymással a velük történeteket.  
...tanácsot kérnek egymástól.

# 23. óra Hogyan szeresselek



Ha nem ismerik egymást jól...  
...közös programon beszélgetést kezdeményeznek.  
...bejelölik egymást egy közösségi oldalon.  
...vállalnak közösen egy iskolai feladatot.

- Melyek azok a tettek, vélemények, gondolatok, amelyek miatt gyengülhet vagy megromolhat a kapcsolat?



Ha ellenszenvesek egymásnak...  
...gúnyosan beszélnek egymásról.  
...nem fogadják el, hogy a másiknak is igaza lehet.

Ha tetszenek egymásnak...  
...megjátsszák magukat a másik előtt.  
...túl erőszakosan kezdeményeznek.