



Instrumente de sprijin

Despre empatie și cum să fii o persoană bună

Obiectivele lecției:

1. Veți afla ce este empatia
2. Veți învăța cum să vă puneți în pantofii altuia
3. Veți învăța cum să vă spuneți părerea fără a judeca
4. Veți descoperi ce sunt faptele bune

Introducere

Lecțiile care se axează pe dezvoltarea abilităților sociale reprezintă o ocazie excelentă de a oferi un spațiu sigur de exprimare, de a împărtăși interese și, prin urmare, oferă elevilor oportunitatea de a fi considerat un membru valoros al grupului. Acest lucru este deosebit de important pentru acei elevi care au dificultăți în activitățile zilnice de învățare, iar aceste exerciții de sprijin le permit să-și construiască abilități care să-i ajute să obțină acceptare și validare.

1. Ce este empatia?

Începeți lecția explicând conceptul de mai sus.

Înainte de a explica conceptul de empatie, încercați să realizați o definiție împreună cu ei. În acest fel, elevii se vor simți mai confortabil cu tema lecției.

Cum să faceți asta?

Pasul 1: Dați-i fiecărui elev o coală de hârtie/ un post-it și cereți-le să scrie un cuvânt pe care îl pot asocia cu empatia (3 min).

Pasul 2: După ce au terminat, colectați răspunsurile și puneți-le pe tablă/ poster mare, unde cuvântul EMPATIE este scris în mijloc. Formați o hartă a cuvintelor, grupându-le tematic.

Pasul 3: Citiți definiția (o găsiți mai jos, dar puteți căuta și o altă definiție) și discutați asemănările cu asociațiile identificate.

Definiție:

Empatia este capacitatea nu numai de a înțelege, dar și de a fi sensibil la sentimentele altor persoane și de a te pune în situația lor. Empatia este foarte importantă în toate relațiile noastre, fie personale, fie profesionale, deoarece ne ajută să înțelegem reacțiile celorlalți și să ne adaptăm fiecărui caz în parte.

Notă pentru profesor:

Dacă aveți un copil în clasă care are o problemă cu scrierea, îi puteți propune o altă formă de exprimare, prin mișcare sau oral. Cel mai important lucru este participarea la exercițiu.

2. Pune-te în pielea celuilalt

Explicați elevilor că, pentru a se pune în pielea celuilalt, ei vor trebui să-și înțeleagă și să-și poată exprima propriile emoții. Există câteva exerciții pe care toți elevii le pot face pentru a încerca să se pună în situația celuilalt pentru a vedea cum ar reacționa / cum s-ar simți.

Mai jos găsiți un exercițiu pe care îl puteți încerca:

Grupați elevii în perechi, încercați să formați perechile cu elevi care nu se cunosc foarte bine sau cu care nu petrec mult timp împreună. Acest exercițiu le va da șansa de a se cunoaște reciproc și de a-și împărtăși lucruri prin care au trecut și cum s-au simțit. La sfârșitul săptămânii, elevii vor povesti experiența colegilor săi cu propriile lor cuvinte și își vor exprima sentimentele.

Iată câteva sugestii despre temele de discuție:

- Descrie-te
- Cum te simți? (întrebați-i în fiecare zi) și de ce?
- Ce ți s-a întâmplat recent?
- Care sunt lucrurile de care ești mândru?
- De ce îți este teamă?

La sfârșitul activității, fiecare elev din pereche va enumera trei lucruri pe care le admiră la celălalt și vor descrie o situație prin care au trecut, răspunzând la următoarele întrebări:

- Ce s-a întâmplat?
- Cum s-a simțit colegul, când s-a întâmplat evenimentul?
- Cum se simte acum?
- Cum ai reacționa / simți în acea situație?

Puteți să le dați fișa de mai jos care urmează să fie completată la sfârșitul zilei pentru a vă asigura că își amintesc ce s-a discutat și pentru a-i pregăti pentru activitatea finală. La sfârșitul săptămânii, când elevii s-au cunoscut mai bine, puteți să creați o activitate de discuții cu întreaga clasă și să le asigurați un climat sigur pentru ca ei să împărtășească experiența colegului, spunând ce admiră la el și cum s-ar fi simțit și ar fi reacționat în situația colegului.

lată un exemplu de fișă de completat:

PUNE-TE ÎN PIELEA CELUILALT

- Discută cu colegul tău.
- Cum se simte astăzi și de ce se simte așa?
- Întrebați-i despre ceva ce li s-a întâmplat.
- Scrieți-le reacțiile.

NUMELE TĂU:

NUMELE COLEGULUI TĂU:

DATA:

1. CUM SE SIMTE ASTĂZI?	3. CE S-A ÎNTÂMPLAT?	5. CUM V-AȚI SIMȚI?
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
2. DE CE SE SIMTE AȘA?	4. CUM L-A FĂCUT SĂ SE SIMTĂ?	6. CE POȚI ÎNVĂȚA DIN ACEASTĂ EXPERIENȚĂ?
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

 Erasmus+ Acest proiect a fost finanțat cu sprijinul Comisiei Europene. Conținutul și materialul de mai sus reflectă numai opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi trasă la răspundere pentru orice utilizare a informațiilor expuse.

 MOODys

Notă pentru profesor:

Elevii cu tulburări specifice de învățare au adesea dificultăți organizatorice. Puteți oferi fișa de mai sus sau puteți organiza direct discuțiile de grup unde elevii pot să-și împărtășească experiențele și sentimentele.

3. Fără judecăți

Judecata poate provoca multe neînțelegeri. Acesta este motivul pentru care toți trebuie să învățăm cum să ne exprimăm observațiile și chiar opiniile noastre fără să judecăm cealaltă persoană, acceptând faptul că ceea ce credem nu este neapărat

adevărat sau modalitatea cea mai corectă de a vedea lucrurile. Acest lucru va contribui la mai multă încredere printre elevii dvs.

Încercați acest exercițiu:

Împărțiți clasa în două grupuri care împărtășesc lucruri comune. Mai jos găsiți câteva exemple:

Grupul A ascultă Ed Sheeran	Grupul B ascultă Beyoncé
Grupul A filmul preferat - Harry Potter	Grupul B filmul preferat - Sunt un mic ticălos
Grupul A adoră dulciurile	Grupul B adoră mâncarea sărată
Grupul A sunt de acord cu un anumit citat	Grupul B nu sunt de acord

Formați perechi de elevi (un elev în grupul A și un elev în grupul B). Elevii din grupul B vor observa perechea din grupul A participând la o discuție despre lucrurile pe care le plac sau cu care sunt de acord. Elevul B va reacționa numai la intervențiile elevului A.

- Elevii din grupul A vor argumenta de ce le place un anumit cântăreț / film / mâncare ... sau de ce sunt de acord cu un anumit citat și trebuie să acordăm o atenție deosebită creării unei atmosfere sigure astfel încât toți elevii să vorbească. De asemenea, profesorul trebuie să se asigure că nu vor exista orice fel de comentarii depreciative cu privire la opinia celuilalt.
- Elevii din grupul B vor asculta în tăcere discuția, chiar dacă nu sunt de acord cu ceea ce spun elevii din grupul A. La sfârșitul acestei discuții, elevii din grupul B își vor împărtăși opinia bazându-se pe cele spuse de către elevul pe care îl observau și trebuie să se asigure că nu emit nicio judecată cu privire la opinia celorlalți elevi.

Întă câteva exemple:

În loc să spui...	Spune...
Nu poate să cânte	Prefer alți cântăreți
Este proastă	Nu sunt de accord cu ceea ce spune
Filmul este plictisitor	Prefer filmele de acțiune
Nu este deloc amuzant	Nu îmi place umorul negru

Notă pentru profesor:

Elevii cu TSI sunt uneori timizi și au dificultăți în activitățile de grup. Pentru a-i încuraja (și pe alți colegi care nu au încredere) încercați să găsiți o modalitate amuzantă de a-i împărți pe grupuri. Iată câteva jocuri pe care le puteți încerca:

- Cere-le elevilor să noteze melodia / filmul / mâncarea preferată pe o coală de hârtie. Luați cele mai reprezentative lucruri și notați-le pe tablă. Apoi, cereți elevilor dvs. să aleagă unul din acele lucruri pe care le preferă. Puteți face acest lucru și prin organizarea unui vot comun.
- Puteți scrie un citat celebru, cum ar fi "A câștiga nu înseamnă întotdeauna să fii primul. A câștiga înseamnă că faci mai bine ceva ce faceai înainte ", de Bonnie Blair și le cereți să spună un singur cuvânt care le vine în minte în legătură cu citatul. Scrieți cuvintele / opiniile similare pe două coloane pentru a crea cele două grupuri.

4. Fapte bune

Odată ce vă înțelegeți propriile emoții și pe cele ale celui de lângă dvs., vă veți simți mai confortabil să îi ajutați și să vă apropiați de ei. Cu toate acestea, empatia nu se referă doar la persoanele din apropiere. Este important să fim drăguți în general cu oamenii, pentru a face din această lume un loc mai bun. De aceea, faptele bune sunt importante.

Iată trei opțiuni pe care le puteți alege pentru a vorbi despre faptele bune cu elevii dvs.:

A) Vizionați un film: Ați văzut filmul “ Dă mai departe!”?

Această activitate se poate realiza cu elevii mai mari, deoarece este un film lung pe care copiii mai mici ar putea să nu-l înțeleagă. Filmul spune povestea unui băiat care vine cu ideea de a face lumea un loc mai bun. El decide să ajute trei persoane care vor trebui să dea mai departe faptele bune. Aceasta înseamnă că fiecare dintre cele trei persoane trebuie să ajute alte trei persoane și să le ceară să facă același lucru.

B) Urmăriți un videoclip: “ Un om in picioare” de Claudio Capeo

<https://www.youtube.com/watch?v=Y9GCM9DZUJo>

Acest cântec vorbește despre oamenii fără adăpost și îi îndeamnă pe toți oamenii să fie mai generoși și mai buni cu alții. În clipul video puteți vedea că oamenii sunt buni cu persoane complet străine care vor fi, de asemenea, buni cu alte persoane și așa mai departe, creând un lanț de bunătate.

C) Urmăriți un scurt film animat: Film scurt animat CGI: "DI Indiferent" de Aryasb Feiz | CGMeetup

<https://www.youtube.com/watch?v=qLGNj-xrgvY>

Acest scurt-metraj arată cum poate bunătatea să schimbe vieți. Strategia personajului principal este de a pretinde că este orb, pentru a crea acest moment de schimbare pentru altcineva.

Ce ați face:

Alegeți una dintre cele trei opțiuni de mai sus. Organizați o scurtă discuție de grup cu elevii dvs. pentru a aduna opiniile colegilor despre ceea ce au văzut. Scrieți câteva idei pe tablă și cereți-le să formeze grupuri de 4-5 elevi pentru a-și dezvolta propria strategie. Strategia poate fi bazată pe ideea din film / cântec, dar trebuie să adauge și contribuția personală. Apoi, lăsați grupurile să-și prezinte strategia colegilor de clasă utilizând:

- Desene, reprezentări vizuale
- Storytelling ca o modalitate de a ilustra strategia
- Jocul de rol

Elevii dvs. pot folosi acest șablon pentru a-și organiza gândurile înainte de a-și prezenta strategia în conformitate cu următoarele aspecte:

- Problemele pe care doresc să le abordeze
- Ce vor să obțină?
- Cum intenționează să o facă?
- Cum poate fi folosită strategia?
- De ce cred că este o strategie bună (argumente)?
- Cum vor să o prezinte colegilor de clasă?

FĂ LUMEA UN LOC MAI BUN

În grupuri de 4-5 elevi, găsiți o strategie simplă pentru a face această lume un loc mai bun.
Nu uitați să discutați despre modul în care o veți prezenta clasei!

DATA:	Numele grupului:	
1. PROBLEMA	3. CUM VOM FACE?	5. DE CE VA FI UN AJUTOR?
2. CE FACEM?	4. CUM VOM RĂSPÂNDI STRATEGIA?	6. CUM O VOM PREZENTĂ CLASEI?

Acest proiect a fost finanțat cu sprijinul Comisiei Europene. Conținutul și materialul de mai sus reflectă numai opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi trasă la răspundere pentru orice utilizare a informațiilor expuse.

Notă pentru profesor:

Elevii cu TSI beneficiază adesea mai mult de activitățile care le permit să-și exprime creativitatea. De altfel, probabil va fi și mai plăcut pentru toată lumea. Oferiți-le sprijinul de care au nevoie pentru a-și planifica munca în echipă și pentru a propune alte modalități de comunicare/diseminare a strategiei colegilor.

5. "După ora de astăzi, știu că ..."

Exercițiul se poate realiza când elevii sunt așezați în cerc, iar fiecare elev trebuie să termine propoziția. Acest lucru vă va permite să apreciați măsura în care obiectivele specifice au fost atinse.