

Myślenie pozytywne



Spotkanie 9

„Empatyczna układanka”

Grupa docelowa Uczniowie klas 2-3

Czas zajęć/warsztatu 45 min.

Wykorzystywane metody metoda autorefleksji i budowania więzi międzyludzkich

Cele spotkania

1 / Rozwijanie umiejętności:

- komunikacyjnych, w tym prezentowania własnego punktu widzenia
- identyfikowania, nazywania i opisywania własnych emocji
- radzenia sobie ze stresem
- refleksyjnego myślenia o sobie
- radzenia sobie z agresją

2 / Rozwijanie empatii i dostrzegania potrzeb innych.

Cele kształcenia wg podstawy programowej dla I etapu edukacyjnego – klas I-III

Cele ogólne

1 / W zakresie emocjonalnego obszaru rozwoju uczeń osiąga:

- umiejętność rozpoznawania, rozumienia i nazywania emocji oraz uczuć innych osób; potrzeba tworzenia relacji
- umiejętność przedstawienia swych emocji i uczuć przy pomocy prostej wypowiedzi ustnej lub pisemnej, różnorodnych artystycznych form wyrazu
- świadomość przeżywanych emocji i umiejętność panowania nad nimi oraz wyrażania ich w sposób umożliwiający współdziałanie w grupie oraz adaptację w nowej grupie
- umiejętność odczuwania więzi uczuciowej i potrzebę jej budowania, w tym więzi z rodziną, społecznością szkoły i wspólnotą narodową
- umiejętność uświadamiania sobie uczuć przeżywanych przez inne osoby z jednoczesną próbą zrozumienia, dlaczego one występują, a także zróżnicowania form ich wyrażania w zależności od wieku

2 / W zakresie społecznego obszaru rozwoju uczeń osiąga umiejętność:

- tworzenia relacji, współdziałania, współpracy oraz samodzielnej organizacji czasu pracy w małych grupach, w tym organizacji pracy przy wykorzystaniu technologii

3 / W zakresie poznawczego obszaru rozwoju uczeń osiąga umiejętność:

- umiejętność stawiania pytań, dostrzegania problemów, zbierania informacji potrzebnych do ich rozwiązania, planowania i organizacji działania, a także rozwiązywania problemów

Cele szczegółowe opisane w formie efektów

Edukacja polonistyczna:

1 / Osiągnięcia w zakresie słuchania. Uczeń:

- słucha z uwagą wypowiedzi nauczyciela, innych osób z otoczenia, w różnych sytuacjach życiowych, wymagających komunikacji i wzajemnego zrozumienia; okazuje szacunek wypowiadającej się osobie

—
słucha i czeka na swoją kolej, panuje nad chęcią nagłego wypowiedzania się, szczególnie w momencie wskazywania tej potrzeby przez drugą osobę

2 / Osiągnięcia w zakresie mówienia. Uczeń:

—
formuluje pytania dotyczące sytuacji zadaniowych, wypowiedzi ustnych nauczyciela, uczniów, lub innych osób z otoczenia

—
dobiera stosowną formę komunikacji werbalnej i własnego zachowania, wyrażając empatię i szacunek dla rozmówcy

3 / Osiągnięcia w zakresie samokształcenia:

—
uczeń wykorzystuje nabyte umiejętności do rozwiązywania problemów i eksploracji świata, dbając o własny rozwój i tworząc indywidualne strategie uczenia się

Etyka:

Osiągnięcia w zakresie rozumienia podstawowych zasad i pojęć etyki. Uczeń:

—
wchodzi w relacje z innymi osobami (rówieśnikami, nauczycielami), szanując to, co jest wartością dla nich i nazywając to, co jest wartością dla niego

Opis przebiegu
z opisem poszczególnych
ćwiczeń/zadań

Krok 1:
Wprowadzenie

Nauczyciel pyta uczniów o towarzyszące im na co dzień emocje i uczucia. Prosi również o podanie przykładów sytuacji, w których je odczuwają. Następnie pyta uczniów, w jaki sposób rozpoznają te same emocje i uczucia u innych, skąd wiedzą jak czują się ludzie wokół nich. Następnie nauczyciel wprowadza koncept empatii:

—
Jak czujecie się, kiedy waszej koleżance lub koledze jest smutno? Czy zdarza wam się również odczuwać smutek? Czy rozumiecie, dlaczego tak się czuje? Czy potraficie wczuć się w jej sytuację? Czy jesteście gotowi ją wspierać? Jeśli tak, to możecie powiedzieć, że okazujecie jej empatię.

—
W jaki sposób moglibyście jej okazać empatię?

Krok 2:
Empatyczna układanka

Nauczyciel rozdaje zestawy puzzli, na których znajdują się nazwy różnych emocji, opisy sytuacji, którym towarzyszą oraz sposób na okazanie empatii w danej sytuacji. Uczniowie mają połączyć emocje, z opisem sytuacji i przykładem empatycznej reakcji na nią.

Krok 3:
Refleksja

Nauczyciel omawia z uczniami ułożone przez nich puzzle:

—
Czy łatwo jest być empatycznym? Dlaczego? Dlaczego nie? Czy łatwiej jest okazywać empatię, kiedy nasz kolega doświadcza pozytywnych czy negatywnych emocji?

—
Która z sytuacji była dla was najtrudniejsza? Dlaczego?

—
Czy mieliście pomysły na jakieś inne sposoby na okazanie empatii w opisywanych sytuacjach?

Krok 4:
Ściąga

Nauczyciel rozdaje karty pracy „Umiem być empatyczny!”. Uczniowie mają za zadanie spisać przykłady jak mogą okazać innym empatię w różnych sytuacjach. Uczniowie pracują samodzielnie, ale mogą dzielić się pomysłami i sugestiami. Zachowują karty pracy jako ściągawkę, z której mogą korzystać w przyszłości.

- Załączniki/karty pracy/
materiały dydaktyczne
- zestaw „Empatyczna układanka” do wydrukowania
 - karta pracy „Umiem być empatyczny!” do wydrukowania

Umiem być empatyczny!

Kiedy ktoś jest zły,
mogę...

Kiedy ktoś się martwi,
mogę...

Kiedy ktoś źle się czuje,
mogę...

Kiedy ktoś czuje się zraniony,
mogę...

Kiedy ktoś czuje się samotny,
mogę...

Kiedy ktoś jest z siebie dumny,
mogę...

Umiem być empatyczny!

Kiedy ktoś jest rozczarowany,
mogę...

Kiedy ktoś jest smutny,
mogę...

Kiedy ktoś jest zawstydzony,
mogę...

Kiedy ktoś jest sfrustrowany,
mogę...

Kiedy ktoś się boi,
mogę...

Kiedy ktoś jest zagubiony,
mogę...