

Autor: Krystyna Klempka

Temat: Empatia – tworzenie właściwego klimatu psychologicznego, zapewniającego kształtowanie się środowiska profilaktycznego.

Cele operacyjne:

- uczeń jest świadom, że nasze samopoczucie wpływa na inne osoby
- uczeń potrafi określić swój nastrój
- uczeń potrafi utożsamić się z inną osobą i wywołać w sobie uczucia, które ona przeżywa

Środki dydaktyczne:

- wycięty z papieru przez nauczyciela kontur serca
- przykładowa historia chłopca

Przebieg zajęć:

1. Rundka wstępna.

Uczniowie siedzą w kręgu. Witają się wymieniając swoje imię i określają swój nastrój za pomocą kolorów. Kolory jasne określają nastrój pogodny, dobry. Kolory ciemne nastrój zły np. Krysia niebieska.

2. Prosimy uczniów, żeby przypomnieli sobie jeden dzień dobry, w którym czuli się zadowoleni, szczęśliwi (co takiego się wydarzyło) oraz taki dzień, w którym czuli się zagubieni, smutni (spotkała ich przykrość np. zła niesprawiedliwa ocena w szkole).

3. Prosimy osoby chętne, aby opowiedziały nam o swoich dniach. Na tablicy (papierze) zatytułowanym – dobry dzień, zły dzień zapisujemy uczucia, zachowania np. radość, chęć pomocy innym, dobroć.

3. Zabawa „Jeż” (wg: R. Portmann, *Gry i zabawy przeciw agresji*)

Uczniowie dobierają się parami. W każdej dwójce jeden uczeń będzie „jeżem”. „Jeż zwija się w kłębek”, podciąga kolana pod brodę, zamyka oczy i wyobraża sobie, że jest zły i obrażony. Zadaniem drugiej osoby jest nawiązanie kontaktu z „jeżem”. Może dotykać go, głaskać, rozmawiać. Uczniowie w parach zamieniają się rolami.

4. Historia Kubby

Na początku wyjaśniamy, że nasze samopoczucie, zachowanie ma wpływ na innych. Jeśli jesteśmy mili, uśmiechnięci, osoby które się z nami kontaktują odwzajemniają te uczucia, otwierają się na nas. Jeśli jesteśmy zli, agresywni, bijemy popychamy „wewnętrzne szczęście” tej osoby zmniejsza się, osoba ta staje się zamknięta.

Każdy uczeń otrzymuje czerwony kontur serca – symbolizujący „wewnętrzne szczęście”. W czasie słuchania historii Kubby prosimy uczniów, żeby odrywali po kawałku „serca” i mówili stop, gdy uznają, że Kubie dzieje się krzywda.

Kuba jest uczniem V klasy. Jest osobą koleżeńską, sumienną, pracowitą. Kuba wychodzi do szkoły jest szczęśliwy, nagle zostaje potrącony przez kolegę, (stop), upada, boli go noga.

W szkole na wf-ie zostaje wybrany na bramkarza. Ma zły dzień, przepuszcza dwie bramki. Koledzy są na niego wściekli, odsuwają się od niego i plotkują. Wymyślają złośliwe zaczepki. Ej ty noga itp. Nikt z nim nie rozmawia. Trwają następne lekcje. Kuba nie może się skupić,

myśli o tym co się wydarzyło na wf-ie, zostaje „wyrwany” do odpowiedzi i dostaje jedynkę. Kuba wraca do domu. Boi się, że za jedynkę zostanie ukarany przez rodziców np. zakazem korzystania z komputera.

5. Omówienie:

Propozycje pytań do uczniów:

1. Jakie uczucia mogły towarzyszyć Kubie?
2. Co czuł Kuba?
3. Jak możemy pomóc Kubie?
4. W jaki sposób możemy odbudować „wewnętrzne szczęście” Kuby? (*uczniowie podają swoje propozycje*)

Na koniec podajemy, że to co „przećwiczyliśmy”, przeżyliśmy na przykładzie Kuby, wewnętrzne utożsamienie się z inną osobą, wywoływanie w sobie uczuć, które przeżywa druga osoba nazywamy – **empatią**.

6. Rundka końcowa:

Na dzisiejszych zajęciach dowiedziałem się, (*każdy uczeń kończy zdanie*).

7. Bibliografia

- Chomczyńska-Miliszkievicz M., Pankowska D. *Polubić szkołę*, WSiP, 1998
Kołodziejczyk A., Czerniewska E., Kołodziejczyk T. *Spójrz inaczej*, Wyd. ATE, 2000
Danilewska J. *Agresja u dzieci – szkoła porozumienia*, WSiP, 2002
Portmann R. *Gry i zabawy przeciwko agresji*, Jedność, 1999
Rylke H., Węgrzynowska J., Milczarek A. *Wychowanie przeciw przemocy*, Bene Vobis, 1998