

Uczestnicy: dziecko – wykonuje zadanie, opcjonalnie rodzic – może być słuchaczem wypowiedzi dziecka

Temat: Cudze buty.

Obszar rozwoju: Empatia.

Ćwiczone umiejętności: rozumienie uczuć drugiej osoby.

Przebieg ćwiczenia:



Czy wiesz co znaczy „wejść w czyjeś buty”? To znaczy, wczuć się w sytuację drugiej osoby. Do tego właśnie niezbędna jest empatia, którą ćwiczyliśmy w tym tygodniu.

Wyobraź sobie poniższe sytuacje:

1. Adam dostał prezent od koleżanki (nie spodziewał się go i bardzo mu się podoba).
2. Marysia zgubiła swoją ulubioną bransoletkę.
3. Michał z 1a czekał w szatni na mamę, która miała odebrać go już kwadrans temu a nadal jej nie ma.
4. Joasia dostała z matematyki 5, a spodziewała się 6.
5. Zosia namalowała piękny pejzaż i czeka aż mama wróci z pracy, by móc jej pokazać swoje dzieło.
6. Na początku lekcji nauczyciel zrobił niezapowiedzianą kartkówkę, a Szymon nie powtórzył materiału.
7. Piotrek przyszedł po raz pierwszy na zajęcia sportowe – jeszcze nikogo tu nie zna.

A teraz powiedz, jak myślisz:

- co czuły te osoby? Możesz nazwać uczucie albo użyć porównania/przenośni (np. Adam czuł się tak, jakby).
- jakie myśli pojawiały się w głowie opisanych osób?
- jakie odczucia pojawiały się w ich ciele? (np. Adamowi buzia sama się uśmiechała od ucha do ucha...)

Milej pracy!

Katarzyna Kamieniarz-Krupska, psycholog