



empatia

Tydzień #2 Widzę Cię

Czy zdarzyło Ci się kiedyś zauważyć, że ktoś obok jest smutny, zły lub bardzo szczęśliwy? Empatia to umiejętność dostrzegania tego, co czuje druga osoba i próba jej zrozumienia. To tak, jakbyśmy na chwilę weszli w czyjeś buty i spróbowali zobaczyć świat jego oczami.

Na dzisiejszych zajęciach nauczymy się uważnie patrzeć na innych i mówić: „Widzę Cię” – czyli zauważam Twoje emocje i chcę Cię zrozumieć. Dowiemy się, jak możemy okazać komuś wsparcie, dobre słowo albo po prostu być obok, kiedy tego potrzebuje.

1. Dobierzcie się w pary i stańcie naprzeciwko sobie. Będziemy nawzajem malować swoje portrety, ale uwaga – jest mały haczyk! Nie możecie patrzeć na swoją kartkę. Przez cały czas patrzycie tylko na twarz drugiej osoby. Co dostrzegacie?
2. Czy można sprawić komuś radość, nawet jeśli się go nie zna? Okazuje się, że tak! Czasem wystarczy dobre słowo albo miły gest. Stwórz laurkę dla nieznanomych kolegów i koleżanek z innego podwórka. Możesz wykorzystać pieczątki ze słowami, ułożyć krótki wierszyk, zdanie albo stworzyć obrazek czy wzór ze słów.
3. Stwórzmy razem girlandę podwórkowych wspomnień! Jakie uczucie lub wspomnienie zostaje z Tobą po dzisiejszym spotkaniu? Narysuj lub zapisz je na pasku papieru. Wszystkie paski połączymy w kolorową girlandę, która będzie rosnąć przez całe lato.



LATO
NA PODWÓRKU
10 LAT



Widzę Cię