



EMPATIA I KOMUNIKACJA

W PRACY Z MŁODZIEŻĄ
Z NI I W SPEKTRUM AUTYZMU

Spis treści

Scenariusz 1 – Empatia – a co to znaczy?	5
Scenariusz 2 – Jak się komunikujemy?	11
Scenariusz 3 – Każdy potrzebuje samotności	17
Scenariusz 4 – Mam prawo czuć smutek	21
Scenariusz 5 – Nie traktuj mnie stereotypowo	25
Scenariusz 6 – Mój język mówi o mnie wszystko	29
Scenariusz 7 – W grupie zawsze różnie	34
Scenariusz 8 – Mówię o sobie, słucham innych	37
Scenariusz 9 – Wysłuchaj mnie	41

Empatia i komunikacja w pracy z młodzieżą z NI i w spektrum autyzmu

Scenariusz 1	
Temat: Empatia – a co toaczy?	
Cele główne	Dziecko: • wie, czym jest empatia, • rozumie zachowania ludzi empatycznych, • wie, jak zachować się wobec osoby empatycznej
Cele szczegółowe	Dziecko: • nazywa swoje uczucia i emocje, • rozumie zachowania innych ludzi, • poznaje cechy empaty, • doskonali zachowanie w sytuacjach trudnych, • ćwiczenie umiejętności swobodnego komunikowania swoich myśli
Metody i techniki pracy	• rozmowa kierowana, • dyskusja, • objaśnienia i instrukcje
Pomoce dydaktyczne	• tablica multimedialna/rzutnik, • flipchart, • pisaki, • kleje, • nożyczki, • załącznik nr 1 – Definicja empatii, • załącznik nr 2 – Karta empatii, • załącznik nr 3 – Karta wad i zalet, • załącznik nr 4 – Wady i zalety empaty

Wprowadzenie

Empatia jest umiejętnością wczuwania się w sytuację drugiego człowieka. Uwrażliwia nas na pragnienia i potrzeby innych, pozwala zrozumieć, co myślą i czują inni ludzie. Uczy wrażliwości i pokory. Ważne jest, by pokazywać osobom niepełnosprawnym, jak funkcjonuje osoba o nadmiernej wrażliwości i jak się wobec niej zachowywać.

Adresaci

Zajęcia przeznaczone są dla młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim oraz ze spektrum autyzmu, w tym z zespołem Aspergera, która komunikuje się werbalnie. Mogą być też wykorzystane podczas pracy z uczniami o zróżnicowanych możliwościach intelektualnych.

Przebieg zajęć

Część wprowadzająca

Prowadzący wita się z uczestnikami i przedstawia temat zajęć. Następnie prosi uczestników, aby wyobrazili sobie, że idą na spacer z przyjaciółką/przyjacielem i nagle zauważają grupę osób jadących

na rowerach. Ludzie jadą na tyle szybko, że dochodzi do nieporozumienia i jedna osoba wpada na drugą. Przewracają się. Zdzierają sobie kolana i łokcie. Jedna osoba cierpi, ponieważ prawdopodobnie złamała sobie rękę.

Prowadzący pyta uczestników, co czują, wyobrażając sobie przedstawioną sytuację. Uczestnicy po kolei opowiadają o swoich odczuciach i refleksjach, nazywają swoje uczucia i emocje.

Część właściwa

Prowadzący wyjaśnia uczestnikom, że są osoby, które odczuwają uczucia i emocje innych osób jak swoje własne, bardziej przeżywają porażki i sytuacje dnia codziennego, rozmyślają nad zachowaniem swoim i innych ludzi i są bardziej wrażliwe na bodźce, takie jak światło, dźwięk czy zapach. Takie osoby nazywa się empatami.

Prowadzący wyświetla uczestnikom na rzutniku lub rozdaje kartki z definicją empatii (załącznik nr 1).

Empatia to zdolność odczuwania stanów psychicznych innych osób, umiejętność przyjęcia ich sposobu myślenia, spojrzenia z ich perspektywy na rzeczywistość¹.

Prowadzący pyta, czy ktoś z grupy czuje się empatą. Prosi, by uczestnicy podali konkretne sytuacje, na podstawie których czują się empatami. Po wysłuchaniu opinii uczestników prowadzący proponuje im wypełnienie testu empatii (załącznik nr 2). Każdemu z uczestników rozdaje kartę z pytaniami.

Po wykonanym teście prowadzący prezentuje uczestnikom omówienie wyników:

- Jeśli odpowiedział(-aś) „tak” na jedno do pięciu pytań, jesteś empatą przynajmniej częściowo.
- Jeśli odpowiedział(-aś) „tak” na sześć do dziesięciu pytań, masz umiarkowane tendencje empatyczne.
- Jeśli odpowiedział(-aś) „tak” na jedenaście do piętnastu pytań, masz silne tendencje empatyczne.
- Jeśli odpowiedział(-aś) „tak” na ponad 15 pytań, jesteś empatą z prawdziwego zdarzenia.

Prowadzący pyta, czy wyniki testu pokryły się z tym, co uczestnicy myśleli o sobie w kontekście bycia osobą empatyczną. Chętni uczestnicy zabierają głos, dzieląc się swoimi refleksjami.

Po krótkiej rozmowie prowadzący pyta uczestników, czy bycie empatą jest łatwe czy trudne. Następnie rysuje na flipcharcie tabelkę. Po jej lewej stronie wpisuje „zalety”, a po prawej – „wady”. Pyta uczestników, jakie wady i zalety ma osoba, która jest empatyczna. Uczestnicy odpowiadają na te pytania, a prowadzący wpisuje ich odpowiedzi do tabeli. Po wypełnieniu tabeli następuje rozmowa na temat tego, że bycie człowiekiem empatycznym nie jest ani „dobre”, ani „złe”. Posiadanie cech empaty ma swoje wady i zalety.

Prowadzący proponuje uczestnikom zadanie polegające na uzupełnieniu karty zalet i wad osoby empatycznej (załącznik nr 3). Kartę wad i zalet (załącznik nr 4) należy pociąć na kawałeczki, a następnie wkleić je w odpowiednie miejsca.

Część podsumowująca

Na podsumowanie prowadzący prosi uczestników, by każdy dokończył zdanie dotyczące wiedzy nabytej na zajęciach.

Wiem, że empatą...

Na koniec prowadzący dziękuje uczestnikom za aktywny udział w zajęciach i żegna się z nimi.

¹ Definicja pochodzi ze strony: <https://pl.wikipedia.org/wiki/Empatia>