



**EMPATIJA**



7-11



vsi



**IZRAŽANJE ČUSTEV**



30 minut igra  
30 razprava



Cilji te dajvnosti so:

- (na)učiti se »razmišljati iz srca«,
- spodbujanje empatičnega življenja, kar spodbuja sposobnost zaznavanje občutkov druge osebe

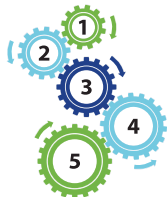
Nikoli ne moremo biti popolnoma prepričani, kaj čuti in razmišlja druga oseba.

Kar lahko storimo je, da poskušamo »hodimo v njenih čevljih«.

Če otroci doživijo empatijo, je bolj verjetno, da jo bodo tudi pokazali.



Nič



#### Prvi korak

Otroke povabimo, da stojijo v krogu. Nekdo bo začel dejavnost tako, da se obrne k sosеду na desni in z obrazno mimiko izrazi čustvo, ki si ga izbere. Desni sosed to čustvo prenese naprej na svojega desnega soseda in tako nadaljujemo vse do zadnjega v krogu, ki na glas pove, za katero čustvo je šlo.

#### Drugi korak

Naredimo podobno vajo, le da tokrat vajo naredimo s celotnim telesom.

Kako je šlo tokrat?

#### Tretji korak – razprava

Preden začnemo z razpravo, otrokom damo navodila, da ko govori eden, drugi poslušamo in ga gledamo. V razpravi lahko sledimo naslednjim vprašanjem.

Kakšna se vam je zdela igra?

Ali so vsa čustva, ki jih čutimo uporabna?

Ali lahko čutimo več čustev hkrati?

Ali se lahko čustva glede določenih dogodkov, ki smo jih imeli v preteklosti spremenijo?

Ali smo lahko ves čas srečni?

Ali prepoznate čustva drugih? Kako?

Ali lahko prepoznaviš svoja čustva?

Ali kažeš svoja čustva navzven ali jih zadržiš zase?

#### Namig:

Če imamo čas in priložnost si lahko ogledamo risani film »Vrvež v moji glavi« (izvirni naslov »Inside out«).