**Занятие № 12 « Зачем мне нужна эмпатия?»**

**Цель урока**: создание условий для осознания чувства эмпатии, тренинга эмпатических навыков.

**Задачи урока**

- понять сущность чувства эмпатии

- провести диагностику эмпатии у учащихся

- выработать навыки эмпатии

**План урока**

Ребята! Сегодня мы будем говорить об одном из важных чувств человека, без которого невозможно нормальное общение между людьми.

Постановка проблемы: Детям зачитывается стихотворение Ю. Саакяна «Горе козла».

Вопросы к ученикам:

1. О чем данное стихотворение?
2. Почему автор считает, что самое большое горе у козла?

Сверчок горевал, свою участь кляня:

«Не сплю я, бессонница мучает меня!».

Козел не ответил, он только жевал.

Казалось, он молча переживал.

Скорбела кукушка: «В конце концов

Осталась я в мире одна, без птенцов!»

Козел не ответил, он только жевал.

Казалось, он молча переживал.

Плакала мышка: «Беда, беда!

Мышиную норку разрыла сова!».

Козел не ответил, он только жевал.

Казалось, он молча переживал.

И поняли мышка, кукушка, сверчок,

Что все их несчастья – так, пустячок.

Что в целой вселенной нет злейшего зла,

Нет горя сильнее, чем горе козла.

После обсуждения дети приходят к выводу, что чувство, о котором будет говориться на уроке, это чувство сопереживания, сочувствия. Табличка со словом «Эмпатия» вывешивается на доску.

Вопрос классу: А что нужно для того, чтобы у человека уровень эмпатии стал выше? Чтобы люди общались более эффективно, чтобы они лучше понимали друг друга?

Учащиеся в ходе обсуждения приходят к выводу, что эмпатию нужно развивать, тренировать, воспитывать.

Можно ли измерить уровень эмпатии? Обсуждение.

Педагог сообщает учащимся, что можно провести анкетирование по измерению уровня эмпатии.

**Упражнение «Мигалки».**

Для этого упражнения надо организовать круг из стульев, которых ровно в два раза меньше, чем участников. Играющих должно быть четное количество.

Половина ребят рассаживается на стулья, остальные встают за их спинками. Один стул остается пустым. Это потому что, что водящий стоит в середине круга. Тот, кто стоит за пустым стулом, должен переманить к себе кого – то из сидящих без слов, только мимикой и жестами. Задача водящего – уловить момент переманивания и занять освободившийся стул.

После 7-8 минут игры сидящие и стоящие меняются местами.

Побывав во всех трех ролях – водящего, переманивающего и переманиваемого, - ребята формулируют свои представления о том, зачем нужно уметь понимание состояния другого человека и какие трудности им удалось заметить во время игры. И почему в игре мы не использовали слова? Задача психолога – организовать обсуждение.

**Упражнение «Лицом к лицу».**

Это еще одно упражнение для тренировки навыка «чувствования» другого человека.

В парах ребята садятся спиной друг к другу. По сигналу педагога необходимо повернуть голову таким образом, чтобы увидеть лицо, а не затылок партнера. После трех попыток пары переформировываются.

Обсуждение. Ребята оценивают трудность выполнения упражнения. Почему возникают трудности? Как повысить навык понимания состояния другого человека?

**Упражнение «Фотографии».**

Учащимся демонстрируются фотографии из «Атласа по психологии М. Гамезо и А. Домашенко и предлагается рассказать о том, как этот человек провел прошлую неделю и как он чувствует себя сейчас.

Обсуждение.

**Упражнение «Пойми меня»**

Назначаются два добровольца – девочка и мальчик. Они разводятся в разные комнаты и им объясняются их роли. Мальчику говорят о том, что он хочет девочке помочь донести до дома тяжелую сумку. Девочке говорится о том, что мальчик хочет у нее отобрать сумку. Упражнение выполняется без слов. Участники запускаются в комнату, где класс уже знает оба задания.

Обсуждение. Почему эти учащиеся не поняли друг друга? Какие качества нужны для эффективного общения?

**Диагностика уровня эмпатии:**

Инструкция: Необходимо оценить каждое утверждение по пятибалльной шкале следующим образом:

1. Никогда
2. Иногда
3. Часто
4. Почти всегда
5. Всегда
6. Взрослых детей раздражает забота родителей
7. Чрезмерную раздражительность и несправедливые упреки больных людей надо терпеть, даже если они продолжаются годами.
8. Старые люди, как правило, обидчивы без причин.
9. Когда я в детстве слушал грустную историю, на глаза сами собой наворачивались слезы.
10. Раздраженное состояние моих родителей влияет на мое настроение
11. Мне больше нравится рассматривать портреты, чем картины с пейзажами.
12. Я всегда все прощаю родителям, даже если они неправы.
13. Когда я читаю о драматических событиях в жизни людей, то чувствую, что это происходит как будто со мной.
14. Родители относятся к своим детям справедливо.
15. Я подолгу наблюдаю за поведением животных, откладывая другие дела.
16. Мне нравится наблюдать за выражением лиц и поведением незнакомых людей
17. В детстве я приводил домой бездомных кошек и собак.
18. Иногда, глядя на постороннего человека, мне хочется угадать, как сложится его жизнь
19. Младшие по возрасту дети ходят за мной по пятам.
20. При виде покалеченного животного я стараюсь хоть чем –то помочь ему
21. Человеку станет легче, если внимательно выслушать его жалобы
22. Младшим нравится, когда я предлагаю им занятие или игру.
23. Если ребенок плачет, на то есть свои причины.
24. При обработке результатов тестирования подсчитывается сумма баллов по всем вопросам. Интервал 37-62 балла ограничивает зону средних значений.

Обсуждение. В чем проявляется эмпатия? Составляется список «эмпатийных» проявлений. Совпали ли мои предположения о уровне своей эмпатии с результатами тестирования? Почему не совпали (совпали)? Как можно и нужно развивать эмпатию? Зачем она нужна нам?

Домашнее задание: Сфотографировать членов своей семьи в разных условиях: когда они вспоминают радостное событие, неприятное событие, когда у них плохое настроение, хорошее настроение, рассержены и т.д. Затем в классе организовать обсуждение по ним.