

Radość i empatia

"Radość i empatia" to kolejny temat "Laboratorium emocji". Od emocji negatywnych przeszliśmy do tych pozytywnych, których w życiu jest zdecydowanie więcej, upiększają nasze życie i pozwalają cieszyć się.

Na początek uczniowie wysłuchali filmu z wykładem na temat radości i empatii, czym są te emocje i jak się przejawiają wśród ludzi. Następnie uczniowie dobrali się dwójkami i stanęli na przeciwko sobie, jedna osoba pokazywała jak u niej objawia się radość, natomiast druga osoba z pary starała się naśladować i odwzorować pierwszą osobę. Po kolei uczniowie zajmowali się każdą z emocji - radością, smutkiem, stresem i złością. Po ćwiczeniu ruchowym zadaniem uczniów, w tych samych parach było napisanie oraz wysłanie listu na temat jak pomóc koledze gdy ten w siebie nie wierzy, jak wywołać u Niego radość.