

01 Kaip suprantama empatija?

02 Kaip ugdysimės empatiškumą?

03 Tėvų dėmesys – ne mažiau svarbus

01



02



03



## KLAUSYTIŠ IR BŪTI IŠKLAUSYTIEMS

2023 m. lapkritis–gruodis Nr.2

### Ką maitiname dėmesiu, tai ir auga

Šiais mokslo metais progimnazijoje diegiame socialinio emocinio ugdymo modelį. Šia veikla siekiame socialinį-emocinį ugdymą ir mokymosi įpročius padaryti „matomus“, suteikti jiems dėmesingumo erdvę. Daug dalykų nenutinka vien dėl to, kad juos laikome savaime suprantamais, nors taip nėra. Dėl to tam tikrą laikotarpį, be kasdienės akademinio mokymosi veiklos, sutelkiame dėmesį į kurį nors socialinį emocinį ar mokymosi įgūdį ar jų grupę. Rugsėjo mėnesį skyrėme taisyklių prisiminimui ir naujų susitarimų kūrimui. Spalį–lapkritį susitelkėme į du mokymosi įpročius – dėmesingumą savo klaidoms ir užrašų kokybę. Labai tikimės, kad pasidomėjote savo vaiko užrašais, pasikalbėjote su juo apie auginančią klaidų ir nesėkmių galią.

Nuo lapkričio paskutinės savaitės iki kalėdinių atostogų sieksime giliau suprasti, ką reiškia būti empatiškam, mokėti nuoširdžiai klausytis. Šis įprotis yra vienas iš „Mąstymo mokyklos“ programoje ugdomų įpročių. Jis suprantamas kaip gebėjimas girdėti ir priimti kito žmogaus požiūrį, tiesą, jausmus ir emocijas susilaikant nuo išankstinių vertinimų, gebėjimas klausantis kurti gilų emocinį ryšį, palaikantį kitą žmogų.

Tad ir šį kartą kviečiame veikti išvien kuriant galimybes mokiniams atrasti, kaip svarbu žmogui klausytis ir būti išklaustytam.

*Empatija neturi scenarijaus. Nėra teisingo ar neteisingo būdo būti empatiškam. Tai yra tiesiog klausymasis, erdvės suteikimas, susilaikymas nuo vertinimų, emocinis ryšys ir perdavimas tos neįtikėtina gydančios žinutės „Tu nesi vienas“.*

B. Brown

### Empatiško ir aktyvaus klausymosi praktika

Lapkričio ir gruodžio mėnesius skirsime empatijos ir aktyvaus klausymosi sampratos gilinimui ir praktikai. Ciklą pradėjome nuo Tolerancijos dienių skirtų veiklų: pradinėse klasių mokiniai Šv. Martyno ir Tarptautinę tolerancijos dieną paminėjo gamindami ir įžiebdami žibintus. 5–8 klasių mokiniai per klasės valandėles gilins tolerancijos supratimą, kurs plakatus „Tolerancijos žibintas“. Per anglų k. pamokas žiūrėdami edukacinius filmukus mokiniai aiškinsis empatijos sampratą, klasių valandėlių metu su klasių vadovais išbandys programos „Friends“ rekomenduojamas veiklas, skirtas tolerancijai, empatijai ugdytis. Visų dalykų pamokose mokytojai skirs daugiau aktyvaus klausymosi gebėjimui ugdytis skirtų užduočių, kvies mokinius empatijos sampratą išreikšti ir vizualiomis priemonėmis. Geriausi mokinių darbai taps mokyklos erdvėje eksponuojamais plakatais. Ciklą baigsime kino diena. Mokiniai šią dieną žiūrės jų amžiui tinkamą filmą apie žmonių tarpusavio santykius, sudėtingų situacijų išgyvenimą, vienas kito palaikymo būdus ir svarbą.

#### Ką svarbu padaryti tėvams?

- ✓ Išklauskite savo vaiko pasipasakojimą nevertindami, nepatardami, tiesiog girdėkite ir būkite drauge.
- ✓ Papasakokite šiuo laikotarpiu nors vieną istoriją iš savo patirties, kaip kitų žmonių empatiškumas padėjo jums išgyventi sunkią situaciją.

Naudinga nuoroda

<https://www.tuc.lt/lt/aktyvus-klausymas/>

