

Rozpoznawanie emocji – pomocne przykłady z filmów i książek

Scenariusz lekcji wychowawczej w klasie 2 gimnazjum

Opracowanie: *Iwona Supronowicz*

Powiązanie scenariusza zajęć z podstawą programową:

PODSTAWA PROGRAMOWA KSZTAŁCENIA OGÓLNEGO DLA GIMNAZJÓW I SZKÓŁ PONADGIMNAZJALNYCH

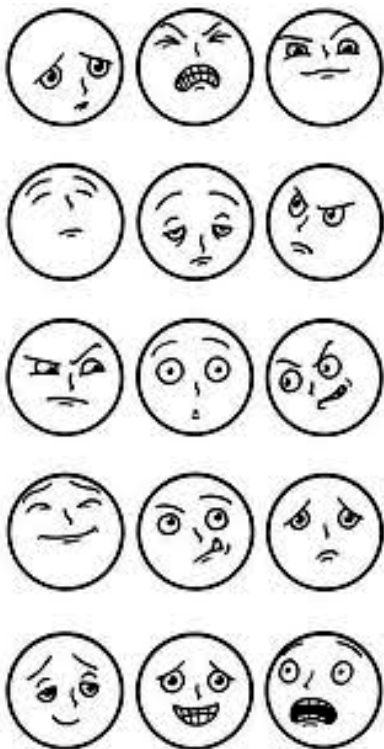
Celem kształcenia ogólnego na III i IV etapie edukacyjnym jest:

(...)

3) kształtowanie u uczniów postaw warunkujących sprawne i odpowiedzialne funkcjonowanie we współczesnym świecie.

(...)

W procesie kształcenia ogólnego szkoła na III i IV etapie edukacyjnym kształtuje u uczniów postawy sprzyjające ich dalszemu rozwojowi indywidualnemu i społecznemu, takie jak: uczciwość, wiarygodność, odpowiedzialność, (...) poczucie własnej wartości, szacunek dla innych ludzi, (...)



Cel ogólny:

- Doskonalenie umiejętności rozpoznawania emocji własnych i innych ludzi.

Cele szczegółowe:

po zajęciach uczeń:

- potrafi określić powiązania między emocjami i zachowaniami człowieka,
- wie, jakie fizyczne reakcje organizmu mogą towarzyszyć przeżywanych emocjom,
- potrafi zastosować wiele nazw adekwatnych do przeżywanych emocji,
- wie, jakie znaczenie mają emocje w zakresie komunikacji: informacja o naszych potrzebach, budowanie relacji, naruszanie granic,
- rozumie, że nie mamy wpływu na pojawianie się emocji – możemy wpływać na to, jak się zachowujemy pod ich wpływem.

Czas:

- 45 minut.

Metody:

- pokaz,
- rozmowa kierowana,
- praca w grupach.

Środki dydaktyczne:

- prezentacja multimedialna,
- fragmenty książki: Ligocka Roma: *Dziewczynka w czerwonym płaszczyku*,
- fragmenty książki: Beręsewicz Paweł: *Kiedy chodziłem z Julką Maj*,
- fragmenty filmu *Chłopiec w pasiastej piżamie*,
- fragmenty filmu *Dziewczynka w trampkach*,
- lista uczuć dla każdego ucznia,
- kartki papieru i długopisy.

Przebieg zajęć:

Uwaga: przed rozpoczęciem lekcji uczniowie powinni zająć miejsca w czterech grupach.

I. Wprowadzenie:

1. Podanie tematu lekcji i uświadomienie uczniom jej celów:
 - a) Nauczyciel zadaje uczniom pytanie: **Czym są emocje?**
Ustalenie definicji (wg *Słownika języka polskiego*):
Emocja to silne uczucie (stan psychiczny) wywołane jakąś sytuacją. (Pokaz slajdu z prezentacji)
 - b) Nauczyciel określa cel lekcji:
Odpowiedź na pytanie - Dlaczego rozpoznawanie emocji jest ważną umiejętnością każdego człowieka? (Pokaz slajdu z prezentacji)

II. Główna część zajęć:

1. Nauczyciel podkreśla, że każdy człowiek musi zaakceptować fakt, że emocje zawsze towarzyszą nam w życiu, chociaż z niektórymi emocjami trudno nam sobie poradzić.
2. Czasem mamy sporo trudności, żeby je nazwać, bo mają wiele „odcieni”, różny stopień natężenia i ekspresji.

3. Nauczyciel proponuje uczniom głośne odczytanie listy uczuć (załącznik nr 1). (Pokaz slajdu z prezentacji). Czytają chętni uczniowie.
4. Nauczyciel podkreśla, że jest to lista niepełna, bowiem skala ludzkich uczuć i emocji jest ogromna.
5. Nauczyciel proponuje, aby uczniowie, na podstawie przeczytanych fragmentów książek spróbowali nazwać emocje, jakie przeżywają bohaterowie oraz określili, jakie fizyczne reakcje tym bohaterom towarzyszą. (Załączniki nr 2-5) ¹
6. Nauczyciel czyta kolejne fragmenty książek. Chętni uczniowie odpowiadają.
7. Emocje bohaterów doskonale rejestruje też kamera filmowa. Podobnie jak w poprzednim zadaniu, na podstawie obejrzanych fragmentów filmów uczniowie powinni nazwać emocje i wymienić fizyczne symptomy tych emocji. (Załączniki nr 6-9). ²

Uwaga:

Załącznik nr 6 – praca w grupach:

Grupa 1: emocje babci,

Grupa 2: emocje obojga dzieci,

Grupa 3: emocje ojca – oficera SS,

Grupa 4: emocje zebranych gości.

8. Ćwiczenie w grupach:

Każda grupa ma wybrać z listy dwa uczucia i krótko opowiedzieć wymyślone zdarzenie, podczas którego osoby biorące w nim udział przeżyły wybrane z listy emocje.

Liderzy grup kolejno przedstawiają opowiadania.

9. Wnioski z pracy:

- Nauczyciel pyta uczniów:
O czym mówią emocje nasze i emocje innych ludzi?

Emocje wyrażają stosunek człowieka do tego co się dzieje zarówno w nim samym, jak i w jego otoczeniu. (Pokaz slajdu po odpowiedziach uczniów).

- Emocje pojawiające się w nas są wynikiem zaspokojonych lub niezaspokojonych potrzeb.

¹ W zależności od tempa pracy klasy można wykorzystać po jednym lub po dwa fragmenty z obu książek.

² Jeśli klasa pracuje wolno, można pominąć załącznik nr 9.

Emocje przyjemne (np. radość, spokój, duma), które przeżywamy mówią o tym, że jakaś nasza potrzeba została zaspokojona, natomiast emocje nieprzyjemne (np. złość, zazdrość, smutek) świadczą o tym, że któraś z naszych potrzeb nie została zaspokojona. (Pokaz slajdu z prezentacji)

Emocje pomagają rozpoznawać naruszanie granic. (Pokaz slajdu z prezentacji)

Tłumienie emocji i zaprzeczanie im nie służy naszym relacjom, bo ukrywanie przed drugą osobą, co się z nami dzieje, jest oszukiwaniem jej. (Pokaz slajdu z prezentacji)

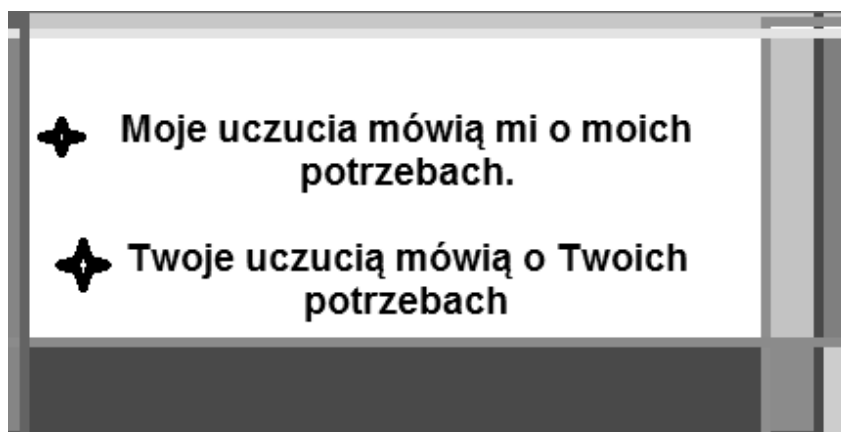
10. Musimy się nauczyć akceptacji emocji swoich i innych ludzi. Nie zawsze jednak możemy tolerować zachowania związane z emocjami. (Pokaz slajdu z prezentacji)

III. Podsumowanie:

1. Na zakończenie lekcji nauczyciel prosi o odpowiedź na pytanie ***Dlaczego rozpoznawanie emocji jest ważną umiejętnością każdego człowieka?***
2. Oczekiwane odpowiedzi uczniów:

Jeśli człowiek potrafi rozpoznać emocje swoje i innych ludzi, to:

- łatwiej jest mu budować dobre relacje z innymi ludźmi,
- potrafi kontrolować swoje emocje, by unikać nie akceptowanych społecznie zachowań,
- zdaje sobie sprawę ze swoich potrzeb – zaspokojonych i nie zaspokojonych. (Pokaz slajdu z prezentacji)



Załącznik nr 1:



Załącznik nr 2:

Fragment z książki Romy Ligockiej *Dziewczynka w czerwonym płaszczyku*:

„Biorę kapsułkę i zaciskam ją w mojej wilgotnej, małej piąstce. Mam wrażenie, że mnie piecze jak ogień.

Mama trzyma w ręce własną kapsułkę. Szeroko otwartymi oczyma wpatruje się w półmrok strychu. Słucha i wsłuchuje się, żaden jednak dźwięk do nas nie dochodzi. Nie wiemy, czy w pewnej chwili drzwi się nie otworzą i nie staną przed nami Niemcy.

(...)

W rozpaczę zaczynam płakać. Po policzkach spływają mi wielkie łzy.

Mama wychodzi niemal z siebie ze strachu. Przytula mnie, próbuje swoim płaszczem zdławić moje łkanie, głaszcze mnie po głowie, chce mnie uspokoić i pocieszyć, a jednocześnie jednym uchem wsłuchuje się w odgłosy za drzwiami.

- Ciii.... Bądź cichutko...

Jednak bicie jej serca pod płaszczem jest tak głośnie i szybkie, że nie jestem w stanie się uspokoić. Płacę cicho tak długo, aż mi brakuje łez. Ściskam kapsułkę z cyjankiem. Wreszcie zapada ciemność i następuje całkowita cisza.”³

Załącznik nr 3:

Fragment z książki Romy Ligockiej *Dziewczynka w czerwonym płaszczyku*:

„W noc poprzedzającą urodziny mamy niemal nie mogę spać, bo po raz pierwszy w życiu mam dla kogoś prezent. Moje podniecenie rośnie z każdą minutą, ale mama nie chce i nie chce się obudzić. W końcu nie wytrzymuję i budzę ją.

- Mamo, mamusiu, mamo! – szepczę bez tchu. – Wszystkiego najlepszego z okazji urodzin, mamusiu! Popatrz tylko! Ma dla ciebie prezent...

Mama uśmiecha się, siada na brzegu łóżka, bierze srebrną paczuszkę i rozwija ją. Wypada z niej pierścionek i toczy się po podłodze wprost do jej stóp. Mama momentalnie kamienieje. Jej twarz jest jak z białego marmuru i bardzo, bardzo zła.

- Skąd to masz? – pyta lodowatym tonem i podnosi pierścionek.

- To niespodzianka – piszczę. Nagle staje się dla mnie jasne, że chyba popełniłam straszny błąd.

- To prezent urodzinowy. Dla ciebie...

Posąg wydaje z siebie dziwne parsknięcie, mieszankę westchnienia i tłumionego płaczu.

- Roma... - syczy – gdzieś ty to ukradła?!

³ Ligocka Roma: *Dziewczynka w czerwonym płaszczyku*. Kraków: „Znak”, 2003. S. 92.

Ukradła? Przecież ja ten pierścionek tylko sobie wzięłam. Ona miała przecież... ta pani miała dużo pierścionków!

- Ja tylko chciałam... - jąkam się czerwona na buzi. „⁴

Załącznik nr 4:

Fragment z książki Pawła Baręsewicza *Kiedy chodziłem z Julką Maj*

„Julka popatrzyła tym razem na mnie. (...) To w końcu ja prosiłem ją o rozmowę i ja musiałem teraz podjąć decyzję. Byłem o krok od wpadnięcia w panikę. Czułem, że wszystko się wali. Grunt usuwał mi się spod nóg, a łzy wściekłości napływały do oczu... (...) Nagle, zupełnie nie wiadomo skąd, spłynęła na mnie fala samobójczej odwagi. Banzai! – wrzasnąłem w duchu i jak japoński kamikaze runąłem w otchłań, śmiejąc się śmierci prosto w twarz.

- Sorry, dziewczyny! – powiedziałem z lodowatym spokojem. – Mam sprawę do Julki. Musimy pogadać na osobności. Zobaczymy się jutro w szkole.

Efekt był piorunujący. Ewelina z Kryską nawet nie pisnęły. Najpierw je zatkało, a kiedy już odzyskały oddech, zmyły się w ułamku sekundy. Zostałem sam na sam z Julką i wiedziałem, że nie ma odwrotu.”⁵

Załącznik nr 5:

Fragment z książki Pawła Baręsewicza *Kiedy chodziłem z Julką Maj*

„Odchrząknąłem i wyrecytowałem bez błędu:

- Chodzi o to, że bardzo mi się podobasz i chciałbym, żebyś została moją dziewczyną.

Księżyc nadal świecił jak dawniej. Ptaki najwyraźniej miały w nosie moje podobanie, bo dały się jak gdyby nigdy nic.(...) Czułem się, jakbym właśnie wykonał skok na bungee. Najpierw olbrzymia ulga, a potem dzikie, niewypowiedziane szczęście. Miałem ochotę tańczyć i śpiewać, i śmiechem zagłuszyć te wszystkie ptaszyska.”⁶

Załącznik nr 6:

Fragment filmu *Chłopiec w pasiastej piżamie*⁷:

Fragment filmu w przedziale czasowym 5:51 – 7:58.

⁴ Ligocka Roma: *Dziewczynka w czerwonym płaszczyku*. Kraków: „Znak”, 2003. S. 98-99.

⁵ Baręsewicz Paweł: *Kiedy chodziłem z Julką Maj*. Łódź: „Literatura”, 2011. S. 6.

⁶ Baręsewicz Paweł: *Kiedy chodziłem z Julką Maj*. Łódź: „Literatura”, 2011. S. 23.

⁷ Adres filmu do obejrzenia online: <http://www.cda.pl/video/66536fc/Chlopiec-w-pasiastej-pizamie-online-caly-film-lektor-PL-HD>

Załącznik nr 7:

Fragment filmu *Chłopiec w pasiastej piżamie*:

Fragment filmu w przedziale czasowym 87:57 – 88:40.

Załącznik nr 8:

Fragment filmu *Dziewczynka w trampkach* ⁸:

Fragment filmu w przedziale czasowym 6:22 – 7:15

Załącznik nr 9:

Fragment filmu *Dziewczynka w trampkach*:

Fragment filmu w przedziale czasowym 12:40 -13:15.

Bibliografia:

- *Podręcznik do prowadzenia warsztatów z umiejętności społeczno-zawodowych dla uczniów w szkołach przysposabiających do pracy.* [online] [dostęp: 1 grudnia 2014]. Dostępny w World Wide Web: http://edukacja.warszawa.pl/sites/edukacja/files/strona/4320/attachments/podrecznik.nauczyciele.indd_.pdf
- *Scenariusze zajęć - "ABC EMOCJI..."* [online] [dostęp: 1 grudnia 2014]. Dostępny w World Wide Web: <http://www.sp1rawa.pl/sp1/index.php/struktura-szkoly/pedagog/dla-nauczycieli/96-scenariusze-zajec-qabc-emocjiq>
- Śliżyńska Kinga: *Lista emocji i uczuć.* [online] [dostęp: 1 grudnia 2014]. Dostępny w World Wide Web: http://kingasluzynska.pl/wp-content/uploads/2014/05/Lista-emocji-i-uczu%C4%87-www.kingasluzynska.pl_.pdf
- *Uczucia i emocje. Jak je rozpoznawać i nazywać.* [online] [dostęp: 1 grudnia 2014]. Dostępny w World Wide Web: <http://www.osw.wyszkow.com.pl/wp-content/Materia%C5%82y-ze-szkoleniaUczucia-i-emocje...-Monika-W.pdf>

⁸ Adres filmu do obejrzenia online: <http://www.cda.pl/video/1133451b/Dziewczynka-w-trampkach-online-2012-Lektor-PL>