

VODIČ ZA EMPATIJSKU MISIJU

IZAZOV EMPATIJSKE MISIJE

Ispunite svoju misiju sudjelovanjem u svih PET aktivnosti.

1. Čitanje za empatijsku supermoć

Ovo nije čitanje kakvo poznajete, ovo je čitanje radi empatije.

- PRIDRUŽITE SE našoj aktivnosti zajedničkog preporučivanja knjiga.
- ODABERITE i PROČITAJTE knjigu koja potiče empatiju – upotrijebite sjajnu zbirku *Čitanje radi empatije kao nadahnuće*.
- PODIJELITE i RASPRAVLJAJTE o odabranoj knjizi.
- NOSITE empatijske supernaočale koje će vam pomoći da sagledate priču s gledišta lika.
- ZAUZMITE moćnu pozu s knjigom i podijelite je na siguran način na društvenim mrežama.



2. Empatija 360°

Gledajte svijet očima drugih.

- UKLJUČITE svoju empatijsku supermoć.
- POGLEDAJTE oko sebe – stojite na mjestu ili krenite u empatijsku šetnju.
- OBRATITE pozornost kako bi svijet mogao izgledati ljudima s kojima se susrećete.
- RAZMISLITE o svojoj novoj perspektivi od 360°.
- ODLUČITE što VI možete učiniti da napravite razliku.



3. Empatijska razmjena

Izađite iz svojeg uobičajenog kruga i povežite se s nekime koga ne poznajete dobro.

- POTRUDITE se da nekoga bolje upoznate.
- ISKORISTITE naša pitanja za razgovor kao pomoć.
- VODITE prijateljski, otvoren razgovor.
- SLUŠAJTE sa 100 % svoje pozornosti.
- PROVJERITE jeste li razumjeli što su vam rekli.



4. Mapa empatijskih emocija

Empatija se odnosi na razumijevanje i dijeljenje osjećaja.

- BUDITE kreativni!
- NAPRAVITE mentalnu mapu – zajedno ili pojedinačno – na kojoj ćete zabilježiti svoje emocije tijekom dana pisanjem i crtanjem po mapi.
- ZAJEDNIČKI NAPRAVITE popis emocija koje vas pokreću, npr. uzbuđenje, tjeskoba, nadahnuće, nervoza, ponos, poštovanje.
- POSJETITE našu galeriju ilustracija kako biste dobili nadahnuće – pogledajte mape omiljenih ilustratora.
- PODIJELITE mape i RASPRAVLJAJTE o njima – na siguran način – bez imena.



5. Donošenje empatijske rezolucije

Kako VI možete promijeniti stvari nabolje empatijom?

- RAZMISLITE o tome što bi vaš dom, školu ili zajednicu učinilo sretnijim, brižnijim mjestom – gdje bi pomoglo više empatije?
- ODLUČITE što ćete učiniti da napravite razliku.
- POGLEDAJTE kako vaši omiljeni pisci i ilustratori planiraju upotrijebiti empatiju da bi promijenili svijet nabolje.
- IZRADITE i PODIJELITE svoje rezolucije s razredom, prijateljima i obitelji.
- POČNITE djelovati u skladu sa svojim rezolucijama!

