



Funded by  
the European Union

ERASMUS+

# Ghid Metodologic pentru Platforma Empathy360

*Educație prin empatie:  
Împreună împotriva violenței*



# Contextul și Obiectivele Proiectului



Proiect Erasmus+ cu patru școli partenere din:

România

Grecia

Portugalia

Slovacia

*elevi · profesori · o viziune comună*



## Prevenirea violenței

Crearea unui mediu școlar sigur, bazat pe empatie și incluziune



## Abilități socio-emoționale

Dezvoltarea competențelor de gestionare a emoțiilor, comunicare și relaționare



## Cooperare europeană

Promovarea valorilor europene prin activități transnationale și schimb de bune practici

# Rolul Platformei Empathy360



Platforma servește ca hub central pentru resurse educaționale



## Acces la scenarii didactice

Interactive lesson plans and teaching frameworks



## Materiale multimedia

Videos, presentations and digital resources



## Instrumente de colaborare

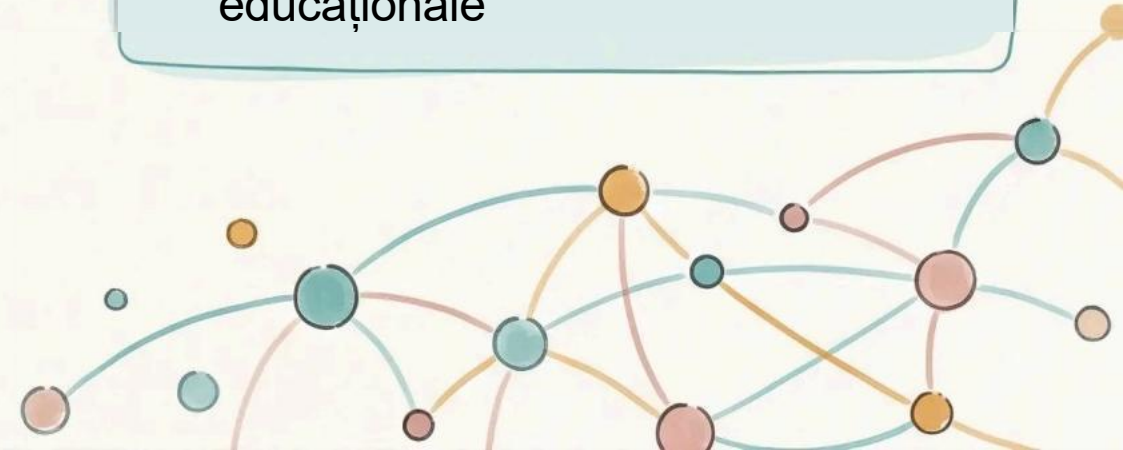
Forums and partnership tools for teachers



## Pentru Profesori

Empathy360 facilitează:

- Colaborarea între țările partenere
- Diseminarea bunelor practici
- Dezvoltarea competențelor digitale
- Crearea unei comunități educaționale



# Fundamente Teoretice ȘI Pedagogice

*Trei piloni care susțin întreaga abordare a proiectului*

01



## Educație prin Empatie

Dezvoltarea capacității de a înțelege și împărtăși emoțiile celorlalți—fundament al prevenirii violentei școlare.



2

02



## Competențe Socio-Emoționale

Autocunoaștere, autoreglare, conștientizare socială, relaționare și luarea deciziilor responsabile.



2

03



## Abordarea Constructivistă

Învățare prin cooperare și experiență—elevii își construiesc propria înțelegere prin interacțiune activă.



# Structura și Resursele Platformei

Patru piloni pentru o învățare empatică și colaborativă



## Scenarii Didactice Bilingve

scenarii flexibile · adaptabile · multilingve



## Materiale Multimedia & Interactive

Video · Kahoot · Wordwall · studii de caz



## Activități și Fișe de Lucru

Printabile · digitale · centrate pe elev



## Spațiu Colaborare eTwinning

România · Grecia · Portugalia · Slovacia

# Planificarea Lecțiilor

*Ghid pas cu pas pentru o implementare eficientă*



**Principiu Cheie: Flexibilitate și Adaptare**

Fiecare clasă este unică — scenariile sunt ghiduri care se adaptează nevoilor specifice



# Tehnici de Facilitare și Reflecție

*Instrumente pentru explorarea perspectivelor și rezolvarea non-violentă a conflictelor*

## ASCULTAREA ACTIVĂ



- Acordați atenție deplină elevului
- Menteți contact vizual, cald
- Reflecțați emoțiile exprimate
- Evitați întreruperile
- Confirmați înțelegerea

## ÎNTREBĂRI DESCHISE



- "Ce emoții ați simțit în acea situație?"
- "Cum credeți căs-a simțit cealaltă persoană?"
- "Ce ați face diferit acum?"
- "Cum putem aplica empatia aici?"

## JOCURI DE ROL



- Simulați situații reale de conflict
- Încurajați schimbul de perspective
- Exersați comunicarea non-violentă
- Explorați soluții creative
- Consolidați învățarea prin practică



Aceste tehnici creează un spațiu sigur pentru dialog și înțelegere mutuală

## IMPLEMENTARE ÎN COMUNITATE

# Activități de Grup și Implicarea Comunității

Empatia se extinde dincolo de clasă — în familii, școli și comunități întregi.



### Proiecte de Echipă

- Campanii anti-violență create în grup
- „Podul prieteniei” cu școlile partenere



### Campanii de Conștientizare

- Afișe și materiale vizuale pro-empatie
- Distribuire online și în comunitate



### Ateliere cu Părinții

- Comunicare și gestionarea emoțiilor
- Conferințe deschise comunității



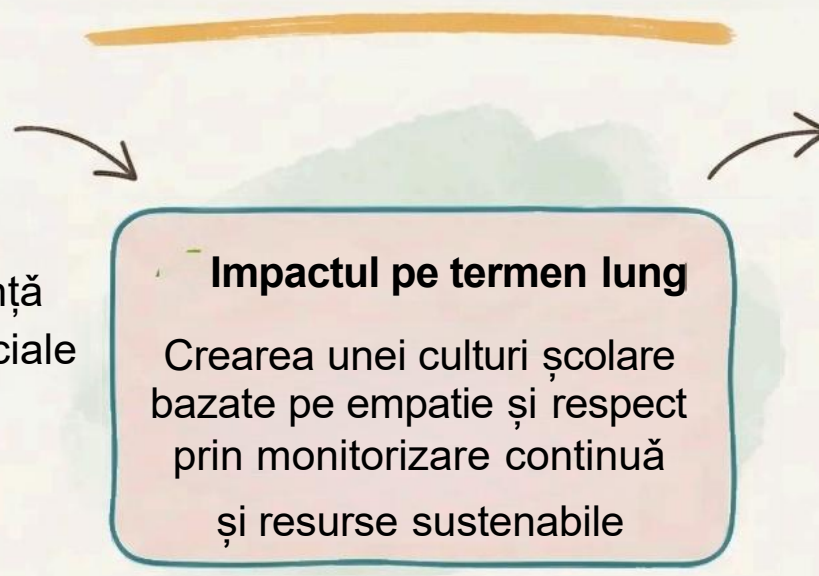
„Împreună construim o școală mai sigură și o comunitate mai empatică.”



# 09 Evaluarea Impactului și Sustenabilitatea

## Metode de Evaluare

- Monitorizarea comportamentală
  - o Frecvența incidentelor de violență
  - o Participarea la activități pro-sociale
- Dezvoltarea socio-emoțională
  - o Scala de empatie pentru copii
  - o Abilități de comunicare
- Clima școlară
  - o Percepția siguranței
  - o Calitatea relațiilor



## Strategii de Sustenabilitate

- Integrarea curriculară
  - o Materiale complementare
  - o Educație socială și civică
- Comunitatea de practică
  - o Forum pentru profesori
  - o Schimb de experiențe
- Parteneriate strategice
  - o Instituții educaționale
  - o Autorități locale





Nr. 8020/06.10.2025

# GHID METODOLOGIC

## PROIECT ERASMUS+

### Educație prin empatie: împreună împotriva violenței

*Empathy360*

2026

1. INTRODUCERE.....	6
---------------------	---

1.1. Context și Justificare.....	6
1.2. Obiective Generale.....	6
1.3. Grupul Țintă.....	6
2. PLATFORMA EMPATHY360.....	7
2.1. Prezentare Generală.....	7
2.2. Funcționalități Principale.....	7
2.2.1. Resurse Educaționale.....	7
2.2.2. Activități Interactive.....	7
2.3. Utilizarea Platformei în Context Educațional.....	7
3. CARDURILE DE EMPATIE.....	9
3.1. Concept și Fundamentare Teoretică.....	9
3.1.1. Baze Teoretice.....	9
3.2. Structura Cardurilor de Empatie.....	9
3.3. Tipuri de Carduri de Empatie.....	10
3.3.1. Carduri Tematice.....	10
3.3.2. Carduri pentru Diferite Grupuri de Vârstă.....	10
3.4. Design și Aspecte Vizuale.....	11
3.4.1. Specificații Tehnice.....	11
3.4.2. Elemente de Design Recomandate.....	11
3.5. Exemple de Carduri de Empatie.....	11
3.5.1. Exemplu: Card despre Bullying.....	12
3.5.2. Exemplu: Card despre Martor.....	12
4. METODOLOGIE DE UTILIZARE.....	13
4.1. Pregătirea Sesiunii.....	13
4.1.1. Obiective de Învățare.....	13
4.1.2. Materiale Necesare.....	13

4.2. Desfășurarea Activității.....	13
4.2.1. Etapa 1: Introducere și Contextualizare (10-15 minute).....	13
4.2.2. Etapa 2: Explorare Individuală (15-20 minute).....	13
4.2.3. Etapa 3: Împărtășire în Grupuri Mici (20-25 minute).....	14
4.2.4. Etapa 4: Dezbateri Plenară (15-20 minute).....	14
4.2.5. Etapa 5: Reflecție și Transfer (10-15 minute).....	14
4.3. Variante de Activități.....	14
4.3.1. Joc de Rol.....	14
4.3.2. Scrisoare Empatică.....	14
4.3.3. Crearea Propriilor Carduri.....	15
4.3.4. Galerie de Empatie.....	15
5. PARTICIPAREA LA MADE FOR EUROPE.....	16
5.1. Despre Concursul Made for Europe.....	16
5.2. Pregătirea Participării.....	16
5.2.1. Selectarea Lucrărilor.....	16
5.2.2. Implicarea Elevilor în Proces Creativ.....	16
5.3. Documentarea Procesului.....	17
5.3.1. Fotografii și Video.....	17
5.3.2. Descrierea Proiectului.....	17
5.4. Elemente Cheie pentru Candidatură.....	17
5.4.1. Componenta Vizuală.....	17
5.4.2. Componenta Narativă.....	17
5.4.3. Branding și Identitate.....	18
6. EVALUARE ȘI MONITORIZARE.....	19
6.1. Instrumente de Evaluare.....	19
6.1.1. Chestionare Pre și Post-Activitate.....	19

6.1.2. Observație Participativă.....	19
6.1.3. Jurnale de Reflecție.....	19
6.2. Indicatori de Succes.....	19
6.2.1. Indicatori Cantitativi.....	19
6.2.2. Indicatori Calitativi.....	20
7. DISEMINARE ȘI SUSTENABILITATE.....	21
7.1. Strategii de Diseminare.....	21
7.1.1. La Nivel Școlar.....	21
7.1.2. La Nivel Comunitar.....	21
7.1.3. La Nivel Digital.....	21
7.2. Plan de Sustenabilitate.....	21
7.2.1. Pe Termen Scurt (0-6 luni).....	21
7.2.2. Pe Termen Mediu (6-12 luni).....	22
7.2.3. Pe Termen Lung (1-3 ani).....	22
8. RESURSE ȘI ANEXE.....	23
8.1. Template Card de Empatie.....	23
8.2. Ghid de Facilitare.....	23
Pentru Explorare Individuală:.....	23
Pentru Discuții în Grup:.....	23
8.3. Bibliografie și Resurse Recomandate.....	23
Cărți:.....	23
Resurse Online:.....	24
8.4. Contacte și Suport.....	24
9. CONCLUZII.....	25



# 1. INTRODUCERE

## 1.1. Context și Justificare

În contextul actual, violența în rândul tinerilor reprezintă o provocare majoră pentru societatea europeană. Proiectul **Educație prin empatie: împreună împotriva violenței** își propune să abordeze această problemă prin dezvoltarea competențelor socio-emoționale ale elevilor, cu accent pe empatie, comunicare non-violentă și rezolvarea constructivă a conflictelor.

Platforma **Empathy360** și **Cardurile de Empatie** reprezintă instrumente inovatoare care facilitează învățarea experiențială și dezvoltarea abilităților empatice prin metode interactive și participative.

## 1.2. Obiective Generale

- Promovarea empatiei și a comportamentelor pro-sociale în rândul elevilor
- Prevenirea și combaterea violenței în mediul școlar și comunitar
- Dezvoltarea competențelor de comunicare non-violentă și rezolvare a conflictelor
- Încurajarea participării active a elevilor prin utilizarea metodelor digitale și creative
- Valorizarea rezultatelor proiectului prin participarea la concursul Made for Europe

## 1.3. Grupul Țintă

Proiectul se adresează în principal elevilor cu vârste cuprinse între 10-18 ani, cadrelor didactice și comunității educaționale extinse. Activitățile sunt adaptate pentru diferite niveluri de vârstă și contexte educaționale.

## 2. PLATFORMA EMPATHY360

### 2.1. Prezentare Generală

**Empathy360** este o platformă digitală educațională concepută pentru a facilita dezvoltarea empatiei prin intermediul tehnologiei. Platforma integrează elemente interactive, materiale educaționale și instrumente de evaluare pentru a crea o experiență de învățare completă și captivantă.

### 2.2. Funcționalități Principale

#### 2.2.1. Resurse Educaționale

- Lecții interactive despre empatie și inteligență emoțională
- Studii de caz și scenarii de viață reală
- Ghiduri pentru profesori și facilitatori
- Materiale multimedia: video, audio, infografice

#### 2.2.2. Activități Interactive

- Jocuri de rol virtuale pentru dezvoltarea empatiei
- Exerciții de reflecție și auto-evaluare
- Forumuri de discuții și schimb de experiențe
- Provocări și misiuni tematice

### 2.3. Utilizarea Platformei în Context Educațional

Platforma poate fi integrată în curriculum prin:

- Ore dedicate de consiliere și orientare
- Activități extracurriculare și cluburi școlare
- Proiecte interdisciplinare (educație civică, limba română, arte, etc.)

- Programe de dezvoltare personală și socială

## 3. CARDURILE DE EMPATIE

### 3.1. Concept și Fundamentare Teoretică

Cardurile de Empatie sunt instrumente educaționale fizice, inspirate din tehnicile de *design thinking* și *design centrat pe utilizator*. Acestea facilitează înțelegerea perspectivelor altora prin explorarea structurată a gândurilor, emoțiilor, acțiunilor și contextului persoanelor din diferite situații.

#### 3.1.1. Baze Teoretice

- **Teoria inteligenței emoționale** (Daniel Goleman) - recunoașterea și gestionarea emoțiilor proprii și ale celorlalți
- **Învățarea experiențială** (David Kolb) - învățarea prin experiență directă și reflecție
- **Design thinking** - abordare centrată pe utilizator pentru rezolvarea creativă a problemelor
- **Educația socio-emoțională** (CASEL) - dezvoltarea competențelor sociale și emoționale

### 3.2. Structura Cardurilor de Empatie

Fiecare card de empatie este structurat în patru cadrane principale, care explorează diferite dimensiuni ale experienței umane:

CE GÂNDEȘTE?	CE SIMTE?	CE VEDE/AUDE?	CE FACE/SPUNE?
Gânduri, preocupări, obiective, frici interne	Emoții, sentimente, stări afective	Context extern, mediu, influențe sociale	Comportamente, acțiuni, reacții observabile

## 3.3. Tipuri de Carduri de Empatie

### 3.3.1. Carduri Tematice

Fiecare set de carduri explorează o temă specifică legată de prevenirea violenței:

- **Bullying și cyberbullying** - perspectivele victimei, agresorului și martorului
- **Discriminare și prejudecăți** - înțelegerea diversității și incluziunii
- **Violență în familie** - recunoașterea semnelor și căi de sprijin
- **Conflicte și rezolvare** - medierea și comunicarea non-violentă
- **Presiune socială și conformism** - afirmarea propriei identități

### 3.3.2. Carduri pentru Diferite Grupuri de Vârstă

- **10-12 ani:** limbaj simplu, ilustrații colorate, scenarii din viața școlară
- **13-15 ani:** situații mai complexe, explorarea identității, relații de prietenie
- **16-18 ani:** dileme morale, perspective multiple, aplicații practice

## 3.4. Design și Aspecte Vizuale

### 3.4.1. Specificații Tehnice

<b>Dimensiune</b>	A5 (148 × 210 mm) sau A6 (105 × 148 mm) - ușor de manipulat
<b>Material</b>	Carton 300-350 g/m <sup>2</sup> plastifiat mat pentru durabilitate
<b>Culori</b>	Paletă coerentă: albastru (empatie), verde (rezolvare), galben (atenție), roșu (conflict)
<b>Tipografie</b>	Font sans-serif lizibil (Arial, Calibri), dimensiuni adaptate vârstei
<b>Ilustrații</b>	Desene simple, incluzive, diverse - reprezentând diferite etnii, genuri, abilități

### 3.4.2. Elemente de Design Recomandate

- **Logo Empathy360** vizibil pe fiecare card
- **Logo Erasmus+** și disclaimer-ul obligatoriu conform ghidului de identitate vizuală
- **Coduri QR** care conectează la platforma Empathy360 pentru resurse suplimentare
- **Sistem de pictograme** pentru identificarea rapidă a tipului de card și temei
- **Spații pentru completare** - elevii pot adăuga propriile reflecții

## 3.5. Exemple de Carduri de Empatie

### 3.5.1. Exemplu: Card despre Bullying

**Față:** Ilustrație cu un elev singur în curtea școlii, priviri în jur

**Titlu:** "Maria - Victima Bullying-ului"

**Verso:** Patru cadrane cu întrebări și spații pentru completare:

- **CE GÂNDEȘTE?** De ce eu? Oare e vina mea? Măine va fi la fel?
- **CE SIMTE?** Teamă, rușine, singurătate, neputință
- **CE VEDE/AUDE?** Râsete, șoapte, priviri, grupuri din care e exclusă
- **CE FACE/SPUNE?** Se retrage, evită, își ascunde emoțiile, nu cere ajutor

### 3.5.2. Exemplu: Card despre Martor

**Față:** Ilustrație cu un elev care asistă la o scenă de bullying

**Titlu:** "Alex - Martorul"

**Verso:**

- **CE GÂNDEȘTE?** Ar trebui să intervin? Dacă mă implic, devin și eu victimă?
- **CE SIMTE?** Neconfortabil, vinovăție, confuzie, anxietate
- **CE VEDE/AUDE?** Violența, suferința victimei, pasivitatea celorlalți
- **CE FACE/SPUNE?** Se uită în altă parte, pleacă, nu intervine, simte remușcări

## **4. METODOLOGIE DE UTILIZARE**

### **4.1. Pregătirea Sesiunii**

#### **4.1.1. Obiective de Învățare**

Înainte de fiecare sesiune, facilitatorul trebuie să definească clar:

- Ce competențe empatice vor fi dezvoltate
- Ce situații de violență vor fi abordate
- Ce rezultate concrete sunt așteptate

#### **4.1.2. Materiale Necesare**

- Set complet de carduri de empatie pentru tema selectată
- Post-it-uri colorate și markere
- Flip-chart sau tablă pentru notițe
- Acces la platforma Empathy360 (dacă este posibil)
- Ghid pentru facilitator cu întrebări dezbateri

### **4.2. Desfășurarea Activității**

#### **4.2.1. Etapa 1: Introducere și Contextualizare (10-15 minute)**

- Prezentarea temei și a obiectivelor sesiunii
- Exercițiu scurt de ice-breaking legat de empatie
- Explicarea conceptului de empatie și importanța acestuia
- Stabilirea regulilor de participare (respect, confidențialitate, ascultare activă)

#### **4.2.2. Etapa 2: Explorare Individuală (15-20 minute)**

- Distribuirea cardurilor - fiecare elev primește un card (sau perechi/grupuri mici)

- Citirea și analizarea personajului de pe card
- Completarea individuală a cadrelor (gânduri, emoții, acțiuni, context)
- Reflecție personală: Cum m-aș simți eu în locul acestui personaj?

#### 4.2.3. Etapa 3: Împărtășire în Grupuri Mici (20-25 minute)

- Formarea grupurilor de 4-6 elevi
- Fiecare participant își prezintă cardul și reflecțiile
- Discuții ghidate cu întrebări specifice:
  - Ce v-a surprins la acest personaj?
  - Ați trăit vreodată o situație similară?
  - Cum ați putea ajuta acest personaj?

#### 4.2.4. Etapa 4: Dezbatere Plenară (15-20 minute)

- Reprezentanți din fiecare grup prezintă concluziile
- Identificarea punctelor comune și diferențelor între perspective
- Discutarea soluțiilor și strategiilor de prevenire/intervenție
- Facilitatorul sintetizează învățămintele cheie

#### 4.2.5. Etapa 5: Reflecție și Transfer (10-15 minute)

- Exercițiu de reflecție finală: Ce am învățat astăzi?
- Aplicarea la situații reale: Ce voi face diferit de acum înainte?
- Crearea unui plan de acțiune personal sau de grup
- Conectarea cu platforma Empathy360 pentru continuare

### 4.3. Variante de Activități

#### 4.3.1. Joc de Rol

Elevii dramatizează situația de pe card, explorând diferite perspective și rezultate posibile.

#### 4.3.2. Scrisoare Empatică

Elevii scriu o scrisoare către personajul de pe card, oferind sprijin și sfaturi.

#### **4.3.3. Crearea Propriilor Carduri**

Elevii creează carduri noi bazate pe experiențele lor sau situații observate - perfect pentru Made for Europe!

#### **4.3.4. Galerie de Empatie**

Cardurile sunt expuse într-o galerie interactivă unde elevii circulă și adaugă reflecții pe post-it-uri.

## 5. PARTICIPAREA LA MADE FOR EUROPE

### 5.1. Despre Concursul Made for Europe

**Made for Europe** este un concurs care celebrează creativitatea și inovația elevilor. Participarea la acest concurs reprezintă o oportunitate excelentă de a valoriza munca elevilor și de a răspândi mesajul proiectului Empathy360 la nivel european.

### 5.2. Pregătirea Participării

#### 5.2.1. Selectarea Lucrărilor

Criterii de selecție pentru cardurile care vor fi prezentate:

- **Originalitate:** Cardul prezintă o perspectivă unică sau inovativă
- **Relevanță:** Abordează eficient tema empatiei și prevenirii violenței
- **Calitate vizuală:** Design atractiv, coerent și profesional
- **Impact emoțional:** Transmite eficient emoții și perspective
- **Aplicabilitate:** Poate fi folosit în diferite contexte educaționale

#### 5.2.2. Implicarea Elevilor în Proces Creativ

Pași pentru crearea cardurilor de către elevi:

1. **Brainstorming:** Identificarea situațiilor și personajelor relevante
2. **Cercetare:** Documentarea asupra temei alese (interviuri, studii, observații)
3. **Schiță inițială:** Crearea machetei cardului pe hârtie
4. **Feedback între colegi:** Testarea cardului cu alte grupuri de elevi
5. **Revizuire:** Îmbunătățirea bazată pe feedback
6. **Design final:** Realizarea versiunii finale digitale și fizice

## 5.3. Documentarea Procesului

Pentru o candidatură de succes la Made for Europe, este esențial să documentați:

### 5.3.1. Fotografii și Video

- Procesul de creație: brainstorming, schiță, design
- Elevii lucrând cu cardurile în sesiuni practice
- Reacțiile și reflecțiile elevilor
- Produsul final: carduri fizice de calitate
- Mărturii video ale participanților

### 5.3.2. Descrierea Proiectului

Pregătiți o descriere cuprinzătoare care include:

- **Context:** De ce ați creat aceste carduri? Care era problema identificată?
- **Proces:** Cum au fost create cardurile? Cine a fost implicat?
- **Impact:** Ce s-a schimbat? Ce ați învățat?
- **Dimensiune europeană:** Cum reflectă cardurile valorile europene și cooperarea transnațională?
- **Sustenabilitate:** Cum vor fi folosite cardurile în viitor?

## 5.4. Elemente Cheie pentru Candidatură

### 5.4.1. Componenta Vizuală

- Fotografii profesionale ale cardurilor (rezoluție înaltă)
- Prezentare foto step-by-step a procesului creativ
- Video scurt (2-3 minute) care prezintă proiectul
- Captură de ecran de pe platforma Empathy360

### 5.4.2. Componenta Narativă

- Povestea din spatele proiectului - de la idee la implementare

- Mărturii ale elevilor - cum i-au schimbat cardurile
- Date concrete - câți elevi au participat, câte carduri au fost create
- Rezultate măsurabile - îmbunătățirea empatiei, reducerea conflictelor

### **5.4.3. Branding și Identitate**

Asigurați-vă că toate materialele includ:

- Logo-ul proiectului Empathy360
- Logo-ul Erasmus+ și disclaimer-ul obligatoriu
- Logo-ul instituției/școlii participante
- Hashtag-uri relevante: #MadeForEurope #Empathy360 #ErasmusPlus

## **6. EVALUARE ȘI MONITORIZARE**

### **6.1. Instrumente de Evaluare**

#### **6.1.1. Chestionare Pre și Post-Activitate**

Măsurăți schimbările în:

- Nivelul de empatie auto-raportat
- Capacitatea de a identifica emoțiile altora
- Atitudini față de violență și bullying
- Intenția de a interveni când sunt martori la violență

#### **6.1.2. Observație Participativă**

Facilitatorii notează:

- Nivelul de implicare și participare
- Calitatea reflecțiilor și discuțiilor
- Schimbări în dinamica grupului
- Comportamente empatic observabile

#### **6.1.3. Jurnale de Reflecție**

Elevii completează jurnale personale cu întrebări precum:

- Ce am învățat astăzi despre empatie?
- Cum m-au afectat poveștile de pe carduri?
- Ce voi face diferit în interacțiunile mele?

## **6.2. Indicatori de Succes**

### **6.2.1. Indicatori Cantitativi**

INDICATOR	ȚINTĂ
Număr de elevi participanți	Minim 100 de elevi
Carduri create de elevi	Minim 20 de carduri originale
Sesiuni de empatie desfășurate	Minim 10 sesiuni
Creștere în scorurile de empatie	Minim 15% îmbunătățire
Vizitatori platforma Empathy360	Minim 200 de vizite unice

### 6.2.2. Indicatori Calitativi

- Testimoniale și povești de impact ale elevilor
- Schimbări observabile în comportament și atitudini
- Calitatea și profunzimea reflecțiilor elevilor
- Creativitate și originalitate în cardurile create
- Feedback pozitiv de la profesori și părinți

## **7. DISEMINARE ȘI SUSTENABILITATE**

### **7.1. Strategii de Diseminare**

#### **7.1.1. La Nivel Școlar**

- Expoziție permanentă cu carduri de empatie în școală
- Prezentări în consiliile profesionale și întâlniri cu părinții
- Integrarea cardurilor în biblioteca școlii
- Workshopuri pentru profesori despre utilizarea cardurilor

#### **7.1.2. La Nivel Comunitar**

- Evenimente publice și expoziții în biblioteci, centre culturale
- Parteneriate cu ONG-uri care lucrează cu tinerii
- Articole în presa locală și mass-media
- Distribuirea seturilor de carduri către alte școli

#### **7.1.3. La Nivel Digital**

- Platformă Empathy360: upload carduri create, galerii foto, mărturii
- Social media: Facebook, Instagram, TikTok cu #Empathy360
- Webinarii și prezentări online pentru alte școli europene
- Publicarea ghidului metodologic și șabloanelor pentru carduri

### **7.2. Plan de Sustenabilitate**

#### **7.2.1. Pe Termen Scurt (0-6 luni)**

- Finalizarea tuturor seturilor de carduri
- Formarea profesorilor în utilizarea instrumentelor

- Lansarea oficială a platformei Empathy360
- Participarea la Made for Europe

### **7.2.2. Pe Termen Mediu (6-12 luni)**

- Extinderea la toate clasele din școală
- Crearea unui club de empatie condus de elevi
- Dezvoltarea de noi seturi tematice de carduri
- Parteneriate cu alte școli din proiectele Erasmus+

### **7.2.3. Pe Termen Lung (1-3 ani)**

- Integrarea formală în curriculum școlar
- Licențiere open-source pentru utilizare liberă
- Traducerea cardurilor în multiple limbi europene
- Crearea unei rețele europene Empathy360

## 8. RESURSE ȘI ANEXE

### 8.1. Template Card de Empatie

Șablon disponibil pentru printare și completare:

- Format digital editabil (Adobe Illustrator, Canva)
- PDF pentru printare directă
- Versiune în alb-negru pentru colorat de către elevi

### 8.2. Ghid de Facilitare

Întrebări ghid pentru fiecare tip de activitate:

#### Pentru Explorare Individuală:

- Ce crezi că simte acest personaj în acest moment?
- Care ar putea fi nevoile nesatisfăcute ale acestei persoane?
- Cum ai reacționa tu în locul acestui personaj?

#### Pentru Discuții în Grup:

- Ce v-a surprins cel mai mult la această situație?
- Ați întâlnit situații similare în viața voastră?
- Ce acțiuni concrete putem face pentru a ajuta?
- Cum putem preveni astfel de situații în școala noastră?

### 8.3. Bibliografie și Resurse Recomandate

#### Cărți:

- Goleman, D. (1995). Inteligența emoțională

- Rosenberg, M. (2015). Comunicarea non-violentă
- Brown, B. (2018). Dare to Lead - despre empatie și vulnerabilitate

#### Resurse Online:

- CASEL - Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning
- School Education Gateway - Resurse Erasmus+
- Design Thinking for Educators - toolkit gratuit

## 8.4. Contacte și Suport

### Pentru mai multe informații despre proiectul Empathy360:

- **Website:** [Adresa site-ului Empathy360]
- **Email:** [Contact email proiect]
- **Social Media:** #Empathy360 #ErasmusPlus

## 9. CONCLUZII

Cardurile de Empatie reprezintă un instrument inovativ și eficient pentru dezvoltarea competențelor socio-emoționale ale elevilor. Prin combinarea aspectului fizic, tangibil al cardurilor cu resursele digitale ale platformei **Empathy360**, proiectul creează o experiență de învățare completă și memorabilă.

Participarea la concursul Made for Europe oferă elevilor oportunitatea de a-și valoriza munca la nivel european și de a contribui la construirea unei Europe mai empatică și mai puțin violente. Procesul de creare și utilizare a cardurilor nu doar că dezvoltă empatia, ci cultivă și alte competențe esențiale: creativitate, gândire critică, colaborare și comunicare.

### **Succesul proiectului depinde de:**

- **Implicarea activă** a elevilor în toate etapele proiectului
- **Formarea adecvată** a facilitatorilor și profesorilor
- **Calitatea materialelor** și a designului cardurilor
- **Documentarea riguroasă** a procesului și impactului
- **Sustenabilitatea** și diseminarea rezultatelor

**Împreună putem construi o lume mai empatică!**

*Empathy360 - Educație prin empatie*



# GHID METODOLOGIC

## „EMPATHY360”

### 1. DATE DE IDENTIFICARE

- **Denumirea produsului:** „Empathy360”
- **Tip produs:** Material educațional
- **Instituția:** Liceul Teoretic „Anghel Saligny”, Cernavodă
- **Elevi realizatori:** 4 elevi, clasa a X-a A, profil Matematică-Informatică
- **Proiect Erasmus+:** KA210 – parteneriat la scară mică
- **Tematica Erasmus:** empatie, prevenirea violenței, incluziune, bunăstare emoțională
- **Profesori coordonatori:** Nina

### 2. CONTEXT ȘI JUSTIFICARE

În cadrul proiectului Erasmus+ KA210 coordonat de Liceul Teoretic „Anghel Saligny”, Cernavodă, a fost identificată nevoia dezvoltării competențelor socio-emoționale ale elevilor, cu accent pe empatie și prevenirea violenței în mediul școlar și online.

Ca răspuns la această nevoie, elevii implicați vor realiza **kitul educațional „Empathy Lab”**, care combină instrumente digitale cu materiale fizice, facilitând activități interactive și reflexive, adaptate învățământului liceal.

### 3. SCOPUL KITULUI EDUCAȚIONAL

Dezvoltarea empatiei și a comportamentelor non-violente în rândul elevilor de liceu, prin utilizarea unor scenarii interactive digitale și activități ghidate, realizate în context european.

### 4. OBIECTIVE

## **Obiectiv general**

- Formarea competențelor socio-emoționale și civice ale elevilor, în spiritul valorilor europene.

## **Obiective specifice**

- Creșterea capacității elevilor de a recunoaște emoțiile proprii și ale celorlalți
- Dezvoltarea empatiei și a comunicării non-violente
- Prevenirea comportamentelor de tip bullying și cyberbullying
- Dezvoltarea competențelor digitale prin utilizarea unei platforme interactive
- Promovarea incluziunii și respectului reciproc

## **5. GRUP ȚINTĂ**

- Elevi de gimnaziu și liceu (clasele VIII–XI)
- Profesori diriginți
- Consilieri școlari

## **6. COMPETENȚE DEZVOLTATE**

### **Competențe-cheie europene**

- Competențe sociale și civice
- Competențe digitale
- Competențe personale, sociale și de învățare
- Competențe de comunicare

## **7. DESCRIEREA KITULUI EDUCAȚIONAL**

### **7.1 Componenta fizică**

- Mapă educațională „Empathy Lab”
- Ghid metodologic tipărit
- Set de 15–20 carduri de empatie
- Poster educațional A3
- Stick USB / QR code către platforma digitală

### **7.2 Componenta digitală**

- Platformă web educațională cu:
  - scenarii interactive

- feedback empatic
- mini-lecții
- chestionar de autoevaluare
- ghid digital pentru profesori

## 8. ACTIVITĂȚI EDUCAȚIONALE PROPUSE

### Activitatea 1 – „Alege empatia”

- **Durata:** 50 minute
- **Forma de organizare:** frontal + individual
- **Resurse:** platforma Empathy Lab, videoproiector
- **Descriere:** elevii parcurg un scenariu interactiv și discută impactul alegerilor făcute
- **Rezultate așteptate:** conștientizarea consecințelor comportamentelor violente

### Activitatea 2 – „Dincolo de ecran”

- **Durata:** 50 minute
- **Forma de organizare:** lucru pe grupe
- **Resurse:** carduri de empatie, platforma digitală
- **Descriere:** analiza unor situații de cyberbullying și formularea unor răspunsuri empatic
- **Rezultate așteptate:** dezvoltarea gândirii critice și a empatiei

### Activitatea 3 – „Reflecție și autoevaluare”

- **Durata:** 30 minute
- **Forma de organizare:** individual
- **Resurse:** chestionar digital
- **Descriere:** completarea chestionarului și discutarea rezultatelor
- **Rezultate așteptate:** auto-reflecție și responsabilizare

## 9. METODE ȘI TEHNICI UTILIZATE

- învățare prin descoperire
- studiu de caz
- joc de rol
- problematizare
- reflecție ghidată

## **10. EVALUARE**

- observația sistematică
- feedback oral
- chestionar digital
- reflecție scrisă

## **11. ROLUL ELEVILOR REALIZATORI**

Elevii de clasa a X-a A, au avut rol activ în:

- conceperea scenariilor
- realizarea platformei digitale
- designul materialelor
- testarea și îmbunătățirea produsului

## **12. TRANSFERABILITATE ȘI SUSTENABILITATE**

Kitul poate fi utilizat:

- în orele de dirigenție
- în consiliere școlară
- în alte unități de învățământ din România și UE

Platforma este bilingvă (RO–EN) și poate fi adaptată ușor la alte contexte educaționale.

## **13. IMPACT**

- reducerea comportamentelor violente
- creșterea empatiei
- îmbunătățirea climatului școlar
- dezvoltarea competențelor digitale ale elevilor

## **14. CONCLUZII**

Kitul educațional „Empathy Lab” reprezintă un produs inovator, realizat în cadrul proiectului Erasmus+ KA210: Educație prin empatie: împreună împotriva violenței, 2025-1-RO01-

KA210-SCH-000354805, care valorifică competențele elevilor și răspunde nevoilor reale ale mediului școlar contemporan.

Prof. coordonator + elevii participanți