



EMPATHY

Plan de Lecție

Tema: Comunicarea Non-Violentă și Empatia

Disciplina	Consiliere și Dezvoltare Personală / Ora de Dirigenție
Clasa	_____ (adaptabil pentru clasele V-XII)
Durata	50 minute
Profesor	_____
Data	_____
Nr. elevi	_____

Obiective

La finalul lecției, elevii vor fi capabili să:

- Definească empatia și comunicarea non-violentă
- Identifice emoțiile proprii și ale celorlalți în situații conflictuale
- Aplice tehnici de comunicare asertivă pentru rezolvarea conflictelor
- Demonstreze respect și incluziune în interacțiunile cu colegii

Resurse necesare

- Acces la platforma Empathy360
- Proiector / tablă interactivă
- Fișe de lucru
- Post-it-uri colorate
- Markere

Desfășurarea lecției

Etapa	Activitate	Durata	Metode/Resurse
Provocare	Profesorul pune o întrebare de deschidere: "Cum v-ați simțit când cineva nu v-a ascultat?" Elevii scriu pe post-it-uri și le lipesc pe tablă.	10 min	Post-it-uri, discuție
Realizarea sensului	Prezentarea unui scenariu de pe platforma Empathy360. Elevii analizează situația în perechi: Ce emoții apar? Ce ar putea face personajul?	20 min	Empathy360, fișe de lucru
Reflecție	Grupuri de 4-5 elevi prezintă soluții non-violente. Clasa discută care sunt cele mai eficiente.	15 min	Joc de rol, dezbateri
Extensie	Completarea jurnalului de reflecție emoțională. Tema: observați 3 situații în care puteți aplica empatia acasă.	5 min	Fișă jurnal

Evaluare

Evaluarea se realizează prin:

- Observarea directă a participării la activități
- Completarea fișei de jurnal de reflecție
- Prezentarea soluțiilor în grup