

Citiți lecția din manual: *Empatia. Colaborarea și cooperarea*, notați schița lecției pe caiete și rezolvați fișele de lucru.

Empatia. Colaborarea și cooperarea

1. Empatie

- abilitatea de a simți și a înțelege emoțiile persoanelor cu care interacționăm, abilitatea de „a ne pune pe noi în pielea celorlalți”, fără a cădea în capcana de a îi judeca sau de a îi critica, se numește empatie;
- empatia joacă un rol important și o putem observa din modul în care o persoană îi ascultă pe ceilalți, le împărtășește emoțiile pozitive sau negative și îi ajută atunci când aceștia se află în dificultate;
- beneficiile pe care ni le aduce faptul că suntem persoane empaticе sunt următoarele:
 - a. Înțelegem prin ce trec ceilalți;
 - b. Ne ajută să cooperăm mai bine;
 - c. Ne îmbunătățim relațiile interpersonale;
 - d. Reușim să înțelegem care sunt motivele de supărare și, astfel, nu vom declanșa un conflict;
 - e. Satisfacția personală crește și ne simțim mai bine și mai împliniți.
- prin intermediul empatiei îi înțelegem pe ceilalți, acțiunile și comportamentele acestora, descoperim toleranța, compasiunea, colaborarea și cooperarea și manifestăm sprijin și acceptare a celuilalt.

2. Colaborare și cooperare

- când lucrăm în echipă, când colaborăm și/sau cooperăm ne descoperim pe noi înșine, dar și pe ceilalți, astfel că ne atingem mai ușor scopurile comune și vom avea succes:

I. Colaborarea: proces prin care un grup de persoane lucrează pentru a atinge un obiectiv comun. Elementele esențiale ale colaborării sunt următoarele: un scop comun, încredere și sprijin reciproc. Colaborarea conduce la îmbunătățirea stimei de sine și a comunicării în grup, sentimente de satisfacție, echilibru emoțional, interes sincer pentru binele celorlalți și performanțe deosebite în activitatea școlară.

II. Cooperarea: atunci când două sau mai multe persoane lucrează pentru a sprijini alte persoane în realizarea obiectivelor lor. Elementele esențiale ale cooperării sunt următoarele: muncă în echipă, implicare, acceptare, respect, entuziasm și empatie. Cooperarea ne pregătește pentru asumarea unor roluri sociale viitoare.

Pentru o mai bună înțelegere a subiectului studiat vizionați următoarele videoclipuri:

<https://www.youtube.com/watch?v=T7DSL7G-Zwo>

<https://www.youtube.com/watch?v=Ea0WoywzTYA>

Fișă de lucru: *Empatia. Colaborarea și cooperarea*

Prezentați, într-un eseu de cel mult o pagină A4, legătura dintre empatie și cooperare. Menționați în ce constă fiecare abilitate, care sunt beneficiile comune și cum se susțin reciproc.



BIBLIOGRAFIE:

1. Ipate-Toma, Cristina, Iordănescu, Valeria, Dovlecel, Andreea, Badea, Ana-Maria, Grigore, Adina, Bălcău, Ștefania, Pandelică, Mirela, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VII-a*, Editura Ars Libri, Argeș, 2024.
2. Columban, Monica H., Kudor, Dorina, Sfirlea, Lenuța, Talaș, Dorina-Anca, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VII-a*, Editura Art Klett, București, 2024.
3. Popescu-Argetoia, Oana, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VII-a*, Editura Booklet, București, 2024.
4. Barbu, Daniela, Boca, Cristiana Ana-Maria, Călineci, Marcela Claudia, Ciohodaru, Elena, Goia, Delia, Mitrofan, Luminița, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VII-a*, Editura CD Press, București, 2024.
5. Popa, Simona Elena, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VII-a*, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2024.
6. Bărbulescu, Gabriela, Beșliu, Daniela, Gunea, Cristina Maria, Sima, Angelica, Sima, Elena-Cristina, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VII-a*, Editura Litera, București, 2024.
7. Ciocâlțeu, Ioana Andreea, Radu, Mădălina, Stănculescu, Aurelia, Florea, Robert Florin, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VII-a*, Editura Paralela 45, București, 2024.

