

Toisen kunnioittaminen

Luokat
5-9Toinen-
aste

114

Empatiataidot

Tehtävä:

Pohditaan yhdessä tai pienryhmissä, mitä kunnioittaminen on ja miten ottaa toiset huomioon.

Tila:

Pienryhmissä työskentelyn mahdollistava tila.

Tarvikkeet:

Paperia ja kyniä

Aika:

20 minuuttia.

Ohjeet

Pyydä osallistujia pohtimaan mahdollisimman konkreettisia keinoja siihen, miten voi osoittaa toiselle kunnioitusta ja arvostusta sekä sitä, että toinen saa olla sellainen kuin on. Keinot voivat olla hyvin yksinkertaisia ja arkisia kuten esimerkiksi tervehtiminen, paikan varaaminen ruokalassa, kaverin esitteleminen kavereille, toisen mielipiteiden huomioon ottaminen, kuunteleminen, oven pitäminen auki, porukkaan mukaan pyytäminen. Osallistujat luettelevat ehdotuksia ja ohjaaja kirjoittaa ne ylös fläpille tai taululle.

Yhteisen pohdinnan sijaan harjoituksen voi toteuttaa myös pienryhmissä kilpailuna. Jaa osallistujat satunnaisesti pienryhmiin ja se ryhmä, joka keksii eniten erilaisia keinoja osoittaa kunnioitusta toisille, voittaa.

Avainsanat:

- Empatia
- Myötätunto
- Kunnioittava vuorovaikutus
- Arvostaminen

Toisen kunnioittaminen

114

Taustaa

Empatian osoittaminen

Empatiataito on kykyä asettua toisen ihmisen asemaan ja kokea ja ymmärtää, miltä toisesta saattaa tuntua. Empatian avulla yksilö osaa vaihdella käyttäytymistään tilanteeseen sopivalla tavalla. Tukioppilaan on esimerkiksi tärkeä pystyä pohtimaan uuden seiskaluokkalaisen näkökulmaa: Mikä koulun alussa saattaa jännittää? Millainen myllerrys omassa mielessäni kävi, kun koulu alkoi? Miltä tilanne saattaa tuntua esimerkiksi sellaisesta oppilaasta, jolla ei ole koulussa entuudestaan ystäviä? Empatiataito myös vahvistaa kykyä kunnioittaa muita sekä sietää ristiriitaisuuksia ja epävarmuutta.

Empatiataitoja kehitettäessä avainasemassa on toisten ajatusten ja tunteiden tunnistaminen ja sen ymmärtäminen, että ne voivat poiketa siitä, mitä itse kokee. Paras keino tukea toista ei useinkaan ole se, että kertoo tietävänsä, miltä toisesta tuntuu. Se voi tuntua toisesta loukkaavalta, sillä tilanteet ja tunteet ovat aina yksilöllisiä eikä toisen tunnetta voi koskaan täysin ymmärtää. Empatiataitoihin liittyikin kyky kunnioittaa jokaisen yksilöllistä kokemusta. Sen sijaan että vertaisi toisen kokemusta omaansa, on usein vain hyödyllisempää keskittyä kuuntelemaan ja auttaa toista ymmärtämään omia tunteitaan esimerkiksi esittämällä tarkentavia kysymyksiä kuten ”ymmärsinkö oikein, sinun mielestäsi, ajattelet siis, että...”.

Empatiakyvyn kehittämisessä merkityksellistä on ympäristön lapselle tai nuorelle antama palaute. Motivaatio empaattiselle käyttäytymiselle kasvaa, jos ympäristö reagoi positiivisesti lapsen tai nuoren toimintaan. Oppilaita kannattaakin rohkaista kannustamaan ja kehuaan toisiaan silloin, kun joku on toiminut empaattisesti.

Kerro osallistujille

- Empatia eli kyky asettua toisen ihmisen asemaan, on tarkea positiivisen vuorovaikutuksen syntymiseen vaikuttaa tekijä. Empatian avulla yksilö osaa vaihdella käyttäytymistään tilanteeseen sopivalla tavalla.
- Empatiataitoihin liittyikin kyky kunnioittaa jokaisen yksilöllistä kokemusta. Olennaista on ymmärtää jokaisen kokemusmaailman ainutlaatuisuus. Emme koskaan pysty täysin ymmärtämään toisen ajatuksia ja tunteita. Tarkeinta on keskittyä kuuntelemaan ja auttaa toista ymmärtämään omia tunteitaan esimerkiksi esittämällä tarkentavia kysymyksiä.
- Empatiakyvyn kehittämisessä merkityksellistä on muiden antama palaute. Motivaatio empaattiselle käyttäytymiselle kasvaa, jos toista huomioivaan käytökseen reagoidaan positiivisesti.



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO

Lähteet:

Kalliopuska M. 1995. Sosiaaliset taidot. Edita.
Cacciatore R. & Karukivi M. 2014. Mieleton fiilis. Hyvän mielen käsikirja.