

Licenciatura em Educação e Formação
2º ano 2º semestre
Unidade Curricular: Competências Emocionais
Discente: Beatriz Januário

Reflexão da aula de dia 13 de maio- Empatia

A aula de dia 13 de maio foi focada no tema da empatia e de vários assuntos relacionados com a mesma. As minhas colegas fizeram uma apresentação bastante completa sobre o tema.

Começaram por fazer uma pequena dinamização no kahoot com algumas perguntas bastante pertinentes, onde tivemos a oportunidade de fazer uma pequena reflexão pessoal sobre a empatia com os outros. De seguida, deram uma pequena definição deste conceito, que podemos considerar que a empatia é “definida como a aquisição de sentimentos e identificação com a experiência de outrem, manifestando reações que expressem os sentimentos e essa mesma identificação”.

Mostraram um vídeo muito interessante, que pessoalmente já tinha visto, no entanto, faz sempre bem ver de novo. O vídeo retrata muito bem a empatia das crianças perante situações injustas e de racismo. É um vídeo muito emocionante e muito pertinente, faz-nos pensar que a empatia nasce connosco, e é com o passar do tempo que alguns de nós deixam essa empatia para trás. Também fizeram um pequeno resumo de um livro sobre inteligência emocional e a empatia, através de uma imagem interativa, o que achei muito interessante e tornou a explicação do livro muito mais dinâmica.

Referiram algumas teorias importantes e pertinentes para o tema do trabalho, e mencionaram as vantagens da empatia, como por exemplo a diminuição de bullying, a redução de comportamentos agressivos, discriminação, intolerância, e o aumento do respeito pelo outro.

No geral achei um trabalho muito bem organizado e completo, cheio de boas informações e muito interativo, visto que, recorreram a bastantes atividades dinâmicas durante a apresentação.