

Enida Cokoja

11.05.2025. 14:07

Pogledano: 37 puta

Emocije - maska i lice osjećaja - radionica

Radionica omogućava učenicima da kroz analizu filmskih isječaka i praktične aktivnosti usvoje razlikovanje osnovnih i složenih emocija, razvijaju emocionalnu pismenost te reflektiraju načine izražavanja i regulacije vlastitih emocionalnih stanja.



Tags

Odgojne strategije

Obrazovne strategije

Pučavanje

Socio-emocionalni razvoj i razvoj ličnosti

Društveno-humanističko područje

Organizacijski oblik nastave

Predmetna nastava 3. razred

Vrsta nastavnog procesa

Osnovna vrsta nastave - Redovna nastava

Suradnja škole sa roditeljima i zajednicom te razvoj školskog kolektiva

Aktivnosti sa učenicima

Savjetodavni odgojni rad

Trajanje

45 minuta

Oblasti

Kroskurikularne i međupredmetne teme

Predmet

Psihologija

Ključne kompetencije

Građanska kompetencija

Kompetencija kulturološke svijesti i istraživanja

Ciljevi i ishodi učenja i poučavanja

☒ **Ciljevi radionice:**

Upoznati učenike s razlikom između osnovnih i složenih emocija.

Poticati razvoj emocionalne pismenosti i samorefleksije.

Osvijestiti ulogu emocionalnih maski u svakodnevnoj komunikaciji.

Razvijati sposobnosti prepoznavanja, imenovanja i izražavanja emocija na socijalno prihvatljiv način.

Povezati emocionalne reakcije s kontekstom, ponašanjem i misaonim obrascima.

☒ **Očekivani ishodi učenja:**

Nakon radionice učenik/ca će moći:

- Navesti i razlikovati osnovne i složene emocije.
- Prepoznati vlastite emocionalne reakcije i imenovati ih.
- Objasniti zašto ljudi ponekad prikrivaju stvarne emocije.

- Primijeniti tehnike za primjereno izražavanje emocija u svakodnevnim situacijama.
- Razviti empatiju kroz razumijevanje tuđih emocionalnih stanja.

Detaljan opis realizacije

1. Uvodna diskusija (5 min)

Kratko predstavi učenicima:

Emocije su prirodne, univerzalne i važne.

"Emocije, komunikacija i tolerancija su teme koje svi svakodnevno živimo. Ne učimo ih kao definicije, nego da ih prepoznamo u sebi i drugima – kroz razgovor i vježbe, učimo vještine koje pomažu da budemo sigurniji u sebe i naše odnose."

2. Gledanje video isječka i diskusija o osnovnim emocijama (7 min)

☒☒☒ Inside Out 1 – Prvih 5 minuta filma (rođenje Riley, predstavljanje Joy, Sadness, Fear, Anger, Disgust).

<https://www.youtube.com/watch?v=d0kyKyVFnsS>

☒☒☒ Diskusija (2 min):

Koje emocije prepoznaješ?

Koja emocija ti je najčešća u svakodnevnici?

Jesu li sve emocije korisne? (Napomena: nisu dobre/loše, sve imaju funkciju.)

3. Gledanje video isječka i diskusija o složenim emocijama (7 min)

☒☒☒ Inside Out 2 – Isječak u kojem se prvi put pojavljuje Anksioznost, a postojeće emocije pokušavaju da se snađu s novom situacijom.

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

☒☒☒ Diskusija (2 min):

Koje emocije su se pojavile osim osnovnih?

Kako su reagirale stare emocije?

Jesi li doživio/la miješanje emocija?

4. Rad po radnim listićima: "Gdje osjećam emocije?" (15 min)

☒☒ Koristiti priloženi radni listić.

☒☒ Upute:

Učenici imenuju 3 emocije koje najčešće skrivaju.

Napišu unutar svakog kruga:

- Emociju koja se osjeća.
- Emociju kojom se prikriva (maska).
- Stiliziraju crtež kruga (izrazi, boje, simboli) - opcionalno.

☒☒ Cilj: Osvijestiti koje emocije skrivamo i zašto. Primijetiti povezanost s društvenim normama (npr. “nemoj plakati”, “ne ljuti se”).

5. Rad u grupi: dijeljenje i povezivanje (8 min)

U manjim grupama (3–5 učenika):

Predstavljaju jednu masku emocije.

Diskutuju: Zašto baš ta emocija? U kojim situacijama se javlja? Kako se može zdravije izraziti?

6. Završna refleksija i poruka (3 min)

☒☒ Poruka za kraj:

“Emocije nisu slabost. Potiskivanje emocija može štetiti, a izražavanje – čak i neugodno – može biti korak ka razumijevanju, zdravijim odnosima i boljem osjećaju vlastite vrijednosti.”

Praćenje i procjenjivanje

- Praćenje napretka kroz postavljanja pitanja i grupne diskusije, čime će se procijeniti razumijevanje osnovnih i složenih emocija.
- Aktivnosti poput refleksija i bilješki koje pomažu u praćenju angažmana učenika.
- Kroz kratki test ili kviz na kraju radionice procijeniti znanje učenika.
- Samoprocjena učenika za uvid u njihov napredak.
- Usmena procjena tokom diskusija za dodatnu procjenu usvojenog gradiva.

Ideje za domaće zadaće (nastavak aktivnosti) i uključivanje roditelja

Domaći zadatak (opcionalno):

Učenici će pogledati filmove Inside Out 1 i Inside Out 2 do sljedećeg časa. Na času ćemo analizirati emocije prikazane u filmovima i kako se razvijaju iz osnovnih u složene.

Savjeti za druge nastavnike/ce kod realizacije ove lekcije/teme

1. Povezivanje s teorijom emocija: Prije nego što učenici pogledaju film, nastavnik_ca može ukratko objasniti osnovne emocije i kako one mogu evoluirati u složene. Filmovi pružaju dobar vizualni prikaz tog procesa, pa je korisno prethodno povezati film s teorijskim gradivom.

Pitanja za razmišljanje: Nakon gledanja filma, mogu se postaviti pitanja poput:

- Koje emocije su bile prisutne u filmu? Kako su se mijenjale?
- Koji lik vas je najviše podsjetio na neku emociju koju ste vi iskusili?
- Kako se emocije međusobno nadopunjuju i mijenjaju kroz radnju?

2. Aktivnosti u grupama: Podijelite učenike u grupe i neka raspravljaju o različitim emocijama prikazanim u filmovima. Svaka grupa može analizirati jedan lik ili jednu emociju i predstaviti je ostatku razreda.

3. Kreativna zadaća: Neka učenici stvaraju vlastite "emocionalne karte" ili likove koji predstavljaju specifične emocije. Ova aktivnost može pomoći učenicima da dublje razumiju kako se emocije mogu kombinirati i razvijati.

4. Povezivanje sa stvarnim životom: Nastavnici mogu potaknuti učenike da povežu emocije iz filma s vlastitim iskustvima, čime će razviti emocionalnu pismenost i sposobnost prepoznavanja vlastitih osjećaja.

5. Multidisciplinarni pristup: Ovaj film može se koristiti u različitim predmetima, od psihologije do umjetnosti i engleskog jezika, jer pruža bogatstvo za analizu, kreativnost i diskusiju.

📌📌📌📌📌

Važno je napomenuti da su na realizaciji filma radili priznati stručnjaci iz oblasti psihologije djetinjstva sa fokusom na emocionalni razvoj. Među ključnim savjetnicima su Dacher Keltner, profesor psihologije na Sveučilištu Kalifornija, koji je pružio naučnu osnovu za prikaz emocija, te Lisa Damour, klinička psihologinja, koja je savjetovala filmski tim na filmu *Inside Out 2*, posebno u vezi s emocionalnim razvojem adolescenata. Ova saradnja omogućila je da film na naučno utemeljen način prikaže kompleksnost ljudskih emocija, što ga čini korisnim alatom za edukaciju o emocionalnoj pismenosti.

Metode i tehnike

Metoda razgovora

Metoda simulacije

Vođenje diskusije

Collections

Inspiriraj druge

Priprema za čas - Srednja škola

Odgojne strategije