

Empatijski testi

Empatija je veščina kot katera koli druga človeška veščina. Če boste imeli priložnost to vaditi, boste postali bolj empatični.

Simona Baren Cohen

Mislím, da smo vsi empatični. Morda nimamo dovolj poguma, da bi to pokazali.

Maya Angelou

Najboljši in verjetno najučinkovitejši način, da pri ljudeh začnete razmišljati o empatiji, je izvajanje »testov empatije«. To je mogoče storiti s preprostimi stvarmi, ki so pri roki.

Na začetku testa je potrebno predstaviti koncept empatije in da je naš cilj simulacija situacij, v katerih se invalidi znajdejo pri svojih vsakodnevni aktivnostih. Za začetek testa, da vzbudite zanimanje, ponudite enemu od udeležencev, da obuje čevlje, ki ste jih prinesli, in pove, kako se počuti v teh čevljih. Čevlji so lahko večji ali z visoko peto. Izberite osebo, ki ima bistveno manjšo ali večjo številko ali ponudite moškemu, da nosi čevlje z visokimi petami.



Slika 7 Empatija obuti čevlje drugih ljudi

Nato enemu od udeležencev zavežite oči in ga peljete do določene točke v prostoru. Prosite udeležence, naj to storijo v parih, eden s povojem, drugi pa naj mu pomaga pri premikanju z nasveti in navodili.

Po tem lahko izbranemu udeležencu ponudite, da z zavezanimi očmi sestavi figuro iz posameznih delov. Pri tem mu lahko pomagajo drugi udeleženci.



Slika 8 Priprava na preizkus empatije

Naslednji preizkus je, da udeleženec z eno roko zaveže čevlji.



Slika 9 *Vezava z eno roko*

Naslednji preizkus je, da udeleženec z eno roko zaveže čevelj. Udeležencu, ki ne nosi očal, lahko ponudite tudi očala z visoko dioptrijo in ga prosite, da poskusi prebrati določeno besedilo.

Nadalje dajte udeležencu v ušesa vato ali čepke za ušesa in prosite ostale udeležence, naj poskušajo komunicirati z njim.

Za učence je zanimivo tudi, da poskušajo besedo prepoznati s pantomimo. Enemu udeležencu zašepetajte besedo in naj poskusi besedo opisati s svojimi telesnimi znaki. Drugi udeleženci mu lahko postavljajo vprašanja, dokler ne najdejo odgovora.

Če imate možnost, prinesite na test invalidski voziček za gibalno ovirane osebe in prosite udeležence, da ga preizkusijo.

Na koncu preizkusa vprašajte udeležence, kaj so ugotovili, in naj delijo svoje vtise. Predlagamo, da udeležence prosite, da izpolnijo kratek vprašalnik z naslednjimi vprašanji:

- Ali ste bili v stiku z osebami s posebnimi potrebami?
- Ali veste, kaj je empatija?
- Ali se lahko postavite v položaj druge osebe?
- Ali ste po tem testu spremenili svoj odnos do oseb s posebnimi potrebami?
- Ali takšni testi podpirajo vključevanje oseb s posebnimi potrebami?
- Ali želite izvedeti več o empatiji?
- Bi se vključili v delo društev, ki podpirajo osebe s posebnimi potrebami?

Na vseh delavnicah, ki smo jih izvedli v šolah in podjetjih, smo dosegli pozitivne rezultate.

Udeleženci so bolje razumeli težave, s katerimi se srečujejo invalidi pri vsakodnevnih aktivnostih, začeli empatično razmišljati in pokazali pripravljenost za prostovoljno delo v nevladnih organizacijah, ki podpirajo osebe s posebnimi potrebami.