

Empatijski testovi

Empatija je vještina kao sve druge ljudske vještine. Ako dobijete mogućnost da je vježbate postat ćete empatičniji.

Simona Baren Cohen

Mislim da smo svi empatični. Možda nemamo dovoljno hrabrosti da to pokažemo.

Maya Angelou

Najbolji i vjerojatno najučinkovitiji način da kod ljudi pokrenemo razmišljanja o empatiji je izvođenje „empatijskih testova”. To je moguće učiniti jednostavnim stvarima koje su nam pri ruci.

Na početku testa je potrebno predstaviti pojam empatije i da je naš cilj da sudionicima simuliramo situacije u kojima se nalaze osobe sa invaliditetom u svakodnevnim aktivnostima. Kao početak testa da bi pobudili zanimanje, ponudite nekom od sudionika da obuče cipele koje ste donijeli i kaže kako se osjeća u tim cipelama. Cipele mogu biti većeg broja ili sa visokim petama. Izaberite osobu koja ima značajno manji ili veći broj ili muškarcu ponudite da obuče cipele s visokim petama.



Slika 7 Empatija tuđe cipele

Zatim nekom od sudionika stavite povez na oči i vodite ga do određene točke u prostoru.

Zamolite sudionike da to učine u parovima, jedan sa povezom, a drugi neka mu pomaže pri kretanju sa savjetima i navođenjem.

Nakon toga možete odabranom sudioniku ponuditi da zavezanih očiju sastavi lik od pojedinih dijelova. Pri tome mu drugi sudionici mogu pomagati.



Slika 8 Priprema za test empatije

Slijedeći test je da sudionik s jednom rukom zaveže cipelu.



Slika 9 Vezivanje saa jednom rukom

Možete i sudioniku koji ne nosi naočale ponuditi naočale s visokom dioptrijom i zamoliti ga da pokuša pročitati određen tekst.

Nadalje, stavite sudioniku vatu ili čepiće u uši i zamolite ostale sudionike da pokušaju komunicirati sa njim.

Za učenike je također zanimljivo da pokušaju pomoću pantomime utvrditi o kojoj se riječi radi. Jednom sudioniku šapnite riječ i neka pokuša znakovima tijela opisati tu riječ. Ostali sudionici mu mogu postavljati pitanja sve dok ne dođu do odgovora.

Ukoliko imate mogućnosti, na test donesite kolica za osobe smanjene pokretljivosti i zamolite sudionike da ih pokušaju koristiti.

Na kraju testa pitajte sudionike što su utvrdili i da kažu svoje utiske. Predlažemo da zamolite sudionika da ispune kratak upitnik sa slijedećim pitanjima:

- Jeste li ste bili u kontaktu sa osobama sa invaliditetom?

- Zna li što je empatija?
- Možete li se staviti u položaj druge osobe?
- Jeste li promijenili svoj stav do osoba sa invaliditetom nakon ovog testa?
- Podržavaju li ovakvi testovi inkluziju osoba sa invaliditetom?
- Želite li više naučiti o empatiji?
- Biste li se uključili u rad udruga koje podržavaju osobe sa invaliditetom?

Na svim radionicama koje smo obavili u školama i tvrtkama, postigli smo pozitivne rezultate.

Sudionici su bolje razumjeli teškoće koje imaju osobe s invaliditetom u svakodnevnim aktivnostima, počeli su empatično razmišljati i pokazali spremnost za volontiranje u nevladinim organizacijama koje podržavaju osobe sa invaliditetom.