

<b>Trainersinstructie Empathy walk</b>	
Plek in de workshops	Workshop Meervoudig kijken
Doel werkvorm	Oefenen in het inleven in de positie van de ander.
Trainingsmethode	<input checked="" type="checkbox"/> ervaringsopdracht <input type="checkbox"/> zelfevaluatie <input type="checkbox"/> onderwijsleergesprek <input type="checkbox"/> subgroepsdiscussie <input type="checkbox"/> plenaire discussie
Vorbereiding trainer	geen
Trainers instructie / tijdindicatie  Inleiding en opdracht verstrekken: 3 min.  5 tot 10 minuten per persoon inleven.  5 minuten ervaringen uitwisselen.	<p><b>Inleiding</b></p> <p>Optie: laat het filmpje zien over empathie van Sesamstraat (sesamstraat empathy.mp4). Let wel, dit filmpje is Engelstalig zonder ondertiteling.</p> <p>Vertel iets over het belang van empathie. Twee mooie quotes daarbij zijn:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 'I do not ask the wounded person how he feels, I myself become the wounded person.'</li> <li>- 'Before you criticize a man, walk a mile in his shoes' (hier komt de naam van de opdracht vandaan).</li> </ul> <p>Empathie is een ander woord voor inlevingsvermogen, de kunde of vaardigheid om je in te leven in de gevoelens van anderen. Door je zoveel als mogelijk te verplaatsen in de ander kun je je veel beter verplaatsen in zijn gedachtewereld, zijn handelen beter begrijpen en daarmee meer empathie opbrengen voor de ander.</p> <p>De oorspronkelijke vorm van deze opdracht is 'loop een dag mee met iemand die heel anders in het leven staat dan jij' met maar 1 doel: probeer de wereld te zien door de ogen van de ander. (denk aan: een dag meelopen met een dakloze of verslaafde of juist met een directeur of politie agent).</p> <p><b>Opdracht</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Maak tweetallen.</li> <li>- Laat een van de twee (A) een onderwerp kiezen dat hem raakt, waar hij zich zorgen over maakt of waar hij zich over op windt.</li> </ul>

<p>5 tot 10 per persoon inleven.</p> <p>5 minuten ervaringen uitwisselen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- De ander (B) krijgt de opdracht zich helemaal te verdiepen in de ander (A) en zover als mogelijk vanuit het gezichtspunt van de ander te kijken. Daarbij helpt het als B blijft vragen stellen, steeds weer doorvragen op hetzelfde thema.</li> <li>- Als afronding geeft B een samenvatting of conclusie van wat hij als essentie heeft gehoord of gezien.</li> <li>- Wissel daarna van rol.</li> <li>- Wissel ervaringen uit in het tweetal en eventueel kort plenair.</li> </ul> <p>Verdiepende opdracht:</p> <p>Als alternatief kun je deze verdiepende opdracht doen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Laat elk tweetal een thema kiezen waarbij ze het <i>met elkaar oneens</i> zijn.</li> <li>- Geef de opdracht om elkaars standpunt helemaal te doorvoelen, helemaal naar de wereld te kijken vanuit dat andere standpunt.</li> <li>- Doe dit om de beurt: A leeft zich in in B tot A voelt en begrijpt waarom B dat standpunt kiest. Wissel dan van rol (B leeft zich in in het standpunt van A).</li> <li>- Wissel achteraf ervaringen uit in het tweetal. Check of je nog steeds zo van mening verschilt of dat je door deze oefening meer begrip op kunt brengen voor het andere standpunt.</li> </ul>
<p>Benodigd materiaal</p>	<p>geen</p>