

Αισθήματα αυτοπροσωπογραφιών

Αυτό το έργο θα επιτρέψει στους μαθητές να αποδώσουν λέξεις συναισθημάτων και συναισθημάτων σε χρώματα που βασίζονται στην τέχνη και την επιστήμη. Χρησιμοποιήστε το Color Wheel of Emotion του Plutchik και το Color in Motion της Claudia Cortez για να εξηγήσετε αυτές τις συσχετίσεις χρώματος/συναισθήματος. Εάν δεν είναι διαθέσιμος ένας έξυπνος πίνακας ή υπολογιστές, προσκαλέστε τους μαθητές να εξερευνήσουν αυτούς τους ιστότοπους μόνοι τους και αντ' αυτού να μοιράσουν ένα φύλλο εργασίας τροχού χρώματος (η εικόνα παρέχεται παρακάτω). Οι μαθητές θα χρησιμοποιήσουν αυτούς τους χρωματικούς χαρακτηρισμούς για να δημιουργήσουν μια αυτοπροσωπογραφία που είναι έγχρωμη ώστε να αντικατοπτρίζει τα διάφορα συναισθήματα που βιώνει ο μαθητής.

Υπο-έννοια σεβασμού

Αυτοφροντίδα, Καλοσύνη

Χρονικό πλαίσιο έργου

25-30 λεπτά

Απαιτούμενα Υλικά

- ☐ Χαρτί τέχνης
- ☐ Διάφορα. προμήθειες τέχνης

Οι δάσκαλοι μπορούν να μάθουν περισσότερα για το Color Wheel of Emotions του Plutchik πριν ξεκινήσουν αυτό το έργο στους ακόλουθους πόρους:

- [Plutchik's Wheel of Emotions: Τι είναι και πώς να το χρησιμοποιήσετε στη συμβουλευτική;](#)
- [Plutchik's Wheel of Emotions – Ενημέρωση 2017](#)

Λεπτομέρειες έργου:

Έχουμε μιλήσει για διαφορετικά συναισθήματα και για το πώς η συναισθηματική μας ευεξία και η φροντίδα του εαυτού μας είναι τόσο σημαντική. Βιώνουμε πολλά συναισθήματα και είναι σημαντικό να αναγνωρίσουμε ότι όλα τα συναισθήματά μας είναι έγκυρα και μας δίνουν πληροφορίες για τον εαυτό μας. Σήμερα θα δημιουργήσετε μια αυτοπροσωπογραφία που δείχνει ένα συναισθήμα και θα χρησιμοποιήσετε το χρώμα ως προσωπική, συμβολική έκφραση αυτού του συναισθήματος.

Δείξτε στους μαθητές τον τροχό Χρώμα και Συναισθήματα σε μια κάμερα εγγράφων ή έναν έξυπνο πίνακα, είτε σε έντυπη έκδοση είτε από τον ιστότοπο που αναφέρεται παραπάνω. Εξηγήστε ότι οι καλλιτέχνες χρησιμοποιούν το χρώμα για να δείξουν συναισθήματα. η διαδραστική άσκηση βίντεο και χρωμάτων από τον Cortez είναι ένας πολύ καλός τρόπος για να εξηγήσετε περαιτέρω τα χρώματα και τι αντιπροσωπεύουν συνήθως. Εάν έχετε χρόνο και πρόσβαση, δώστε στους μαθητές χρόνο να εξερευνήσουν αυτήν τη δραστηριότητα (πρέπει να είναι σε συσκευή που έχει ενεργοποιημένο το Flash).

Τελικά, οι μαθητές μπορούν να χρησιμοποιήσουν αυτόν τον χρωματικό κύκλο και τις νέες γνώσεις τους σχετικά με τις χρωματικές αναπαραστάσεις για να επιλέξουν χρώματα για την αυτοπροσωπογραφία τους ή μπορούν να είναι δημιουργικοί και να χρησιμοποιούν τα χρώματα με όποιον τρόπο επιλέξουν.

Παραδείγματα αυτών των τύπων αυτοπροσωπογραφιών μπορείτε να βρείτε εδώ: <https://www.deepspacesparkle.com/emotion-portraits/>

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

Μοιράστε χαρτί, μαύρους μαρκαδόρους και ακουαρέλες. Δώστε χρόνο στους μαθητές να δημιουργήσουν την αυτοπροσωπογραφία τους.

Όταν κοιτάμε τις αυτοπροσωπογραφίες, είναι όλες διαφορετικές και μοναδικές. Κάποιοι από εμάς χρησιμοποιούσαν κίτρινο, άλλοι πορτοκαλί, άλλοι πολύ πράσινο. Θέλω να δείξετε το πορτρέτο σας στην τάξη και να δείτε αν μπορούν να μαντέψουν τι συναίσθημα απεικονίζατε. Αφού μαντέψουμε, τότε μπορείτε να περιγράψετε το πορτρέτο σας. Φροντίστε να χρησιμοποιείτε λέξεις με σεβασμό που δείχνουν ότι νοιάζεστε για τον εαυτό σας όταν μιλάτε. Στη συνέχεια, ζητήστε από τους μαθητές να παρουσιάσουν το πορτρέτο τους στην υπόλοιπη τάξη έναν κάθε φορά.

Περίληψη

Σήμερα μπόρεσες να επικοινωνήσεις τα συναισθήματά σου μέσα από τη δημιουργία μιας αυτοπροσωπογραφίας. Η επικοινωνία με τους άλλους και η υποτίμηση των συναισθημάτων μας, μας επιτρέπει να σχετιζόμαστε καλύτερα μεταξύ μας και να σεβόμαστε ο ένας τον άλλον. Η καλοσύνη εκφράζεται συχνά μέσω της αναγνώρισης των άλλων ή των δικών μας συναισθημάτων.

Προτεινόμενα αποτελέσματα μαθήματος:

Οι μαθητές θα:

- Εξερευνήστε τις διαφορετικές έννοιες και τις συναισθηματικές συσχετίσεις κάθε πρωτεύοντος χρώματος.
- Εφαρμόστε τη συναισθηματική σημασία του χρώματος σε μια αυτοπροσωπογραφία.
- Έκθεση αυτοστοχασμού στην τέχνη και παρουσίαση του πορτρέτου.

Προαιρετική δραστηριότητα συζήτησης επέκτασης

Για να μετρήσετε την κατανόηση του υλικού, επιλέξτε είτε από τις ερωτήσεις αξιολόγησης είτε από ερωτήσεις προβληματισμού ως προτροπές συζήτησης, γραφής ή περιοδικού. Εξετάστε το ενδεχόμενο να δώσετε επιπλέον χρόνο για βαθύτερη αξιολόγηση και προβληματισμό, όπως απαιτείται.

Ερωτήσεις Αξιολόγησης

- Ποια συναισθήματα ή συναισθήματα είναι χρήσιμα ή μας λένε κάτι για τον εαυτό μας;
- Όλοι απεικόνισαν τα ίδια συναισθήματα;
- Πώς σχετίζεται ο σεβασμός και η φροντίδα του εαυτού σας με την περιγραφή του πορτρέτου σας;

Ερωτήσεις προβληματισμού

- Γιατί επέλεξες το συναίσθημα που έκανες; Είναι αυτό το συναίσθημα που σας περιγράφει καλύτερα;
- Εσείς επιλέγω να απεικονίσει ένα δυνατό συναίσθημα ή ένα πιο λεπτό συναίσθημα; Γιατί;
- Μπορείτε πάντα να πείτε πώς αισθάνεται ένα άτομο κοιτάζοντας μόνο προς τα έξω;

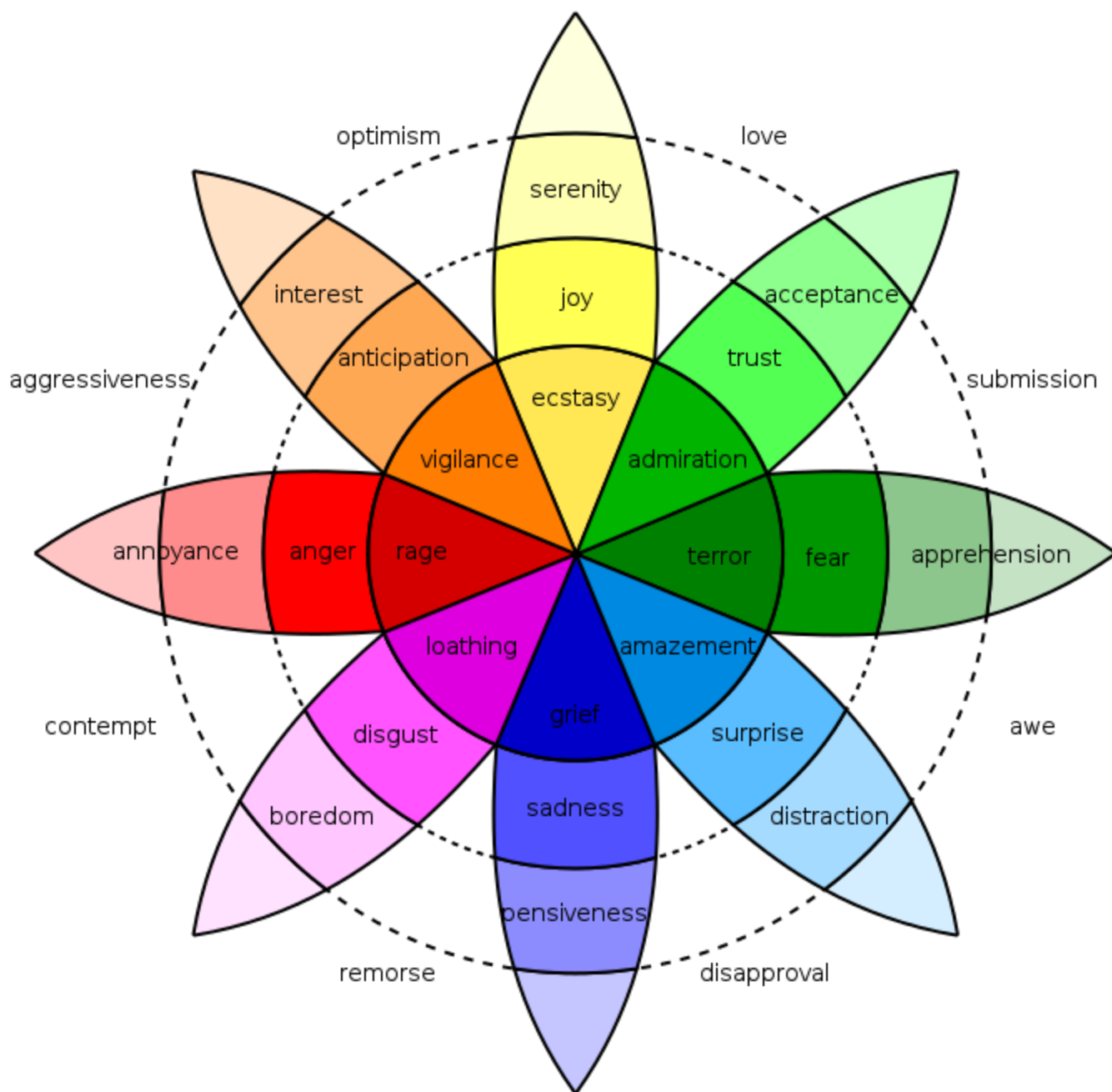


ΟΡΙΣΜΕΝΟ ΑΠΟ CASEL
ΩΣ ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΟ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ
ΜΑΘΗΣΗΣ.

Η Συνεργασία για την Ακαδημαϊκή, Κοινωνική και Συναισθηματική Μάθηση (ΚΑΣΕΛ) εξετάζει προγράμματα SEL που βασίζονται σε στοιχεία από το 2003. Το Kindness in the Classroom® συναντά το Πρόγραμμα SElect της CASEL και περιλαμβάνεται στο Οδηγό CASEL για Αποτελεσματικά Προγράμματα Κοινωνικής και Συναισθηματικής Μάθησης.

Το Kindness in the Classroom® πληρούσε ή ξεπέρασε όλα τα κριτήρια της CASEL για υψηλής ποιότητας προγραμματισμό SEL. Το Kindness in the Classroom® έλαβε τον υψηλότερο χαρακτηρισμό της CASEL για υψηλής ποιότητας προγραμματισμό SEL.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>





RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®