

## Durere și pierdere

|   |  |
|---|--|
| Etape anterioare obligatorii / Cunoștințe anterioare ale elevilor | Nici unul  |
| Obiective de învățare   | Dezvoltarea unei înțelegeri a celor cinci etape ale durerii de Kübler-Ross   |
| Subiecte  | Psihologie, Științe sociale  |
| Varsta Recomandată  | 15 - 18  |
| Material necesar  | Joc video Gris   |
| Durata secvenței  | 120 - 180 de minute  |
| Activitate individuală sau de grup                                | Activitate individuală sau în perechi  |
| Cele mai bune practici de incluziune                              | Jocul nu are dialog, așa că este potrivit pentru toți elevii, indiferent de nivelurile de comunicare ale acestora în limba engleză                 |
| Producție așteptată   | Temă scrisă bazată pe joc, reprezentarea vizuală a procesului de doliu și experiența jucătorilor   |
| Abilități dezvoltate  | Empatie, Abilități sociale, Gândire critică  |
| Gama de prețuri a jocului   | <20€   |
| Jocuri similare de folosit cu abordarea secvenței                 | În fața ochilor tăi, Viața este ciudată, Ori și Pădurea Oarbă  |
| Sfaturi pentru a scurta durata secvenței                          | Pentru a face această secvență mai scurtă, elevii pot juca doar unele părți ale jocului și le puteți arăta videoclipuri sau imagini ale celorlalte |

|   |  |
|---|--|
|   | capitole/etape. De asemenea, în loc de o temă scrisă, vă puteți concentra pe discuțiile din clasă.   |
| Sfaturi pentru a face secvența mai accesibilă sau incluzivă | Jocul este disponibil în engleză și în alte 4 limbi. Cu toate acestea, accentul nu se pune pe limbaj, ci pe aspectele vizuale ale jocurilor. |

## Pas cu pas: cum se implementează secvența

- **Pasul 1: Introducerea subiectului (5 minute)**

**A considera:** Acest subiect poate fi sensibil pentru unii elevi, iar jocul poate fi foarte emoționant, mai ales dacă elevii sunt îndurerăți.

În această secvență pedagogică, vom folosi jocul Gris pentru a explica cinci etape ale durerii: negare, furie, depresie de negociere, acceptare. Deoarece moartea, durerea și doliu sunt subiecte complexe de tratat și sunt înconjurate de tabuuri (Annart, 2019), puteți folosi acest joc pentru a le aborda într-un mod jucăuș.

Experiențele dureroase duc adesea la un proces de doliu și, conform Kübler-Ross, acest proces are cinci etape.

- **Pasul 2: Explicația celor cinci etape ale durerii (15 minute)**

În timpul acestui pas, ar trebui să prezentați elevilor dumneavoastră cele cinci etape ale modelului durerii. Mai jos puteți găsi o descriere a etapelor pe care le puteți utiliza. Modelul Kübler-Ross al celor cinci etape ale durerii a fost introdus pentru prima dată în 1969. Potrivit Kübler-Ross și Kessler (2005), aceste etape sunt:

- **Negare:** prima etapă a durerii, care este de obicei doar o apărare temporară. În această etapă, lumea devine lipsită de sens și poate fi caracterizată prin sintagma „**Nu mi se poate întâmpla asta**”. Această etapă ne ajută să facem față sentimentelor copleșitoare de pierdere.

- **Furie:** Sentimentele pe care le negați încep să iasă la suprafață și persoana recunoaște că negarea nu poate continua. Furia este o etapă necesară a procesului de doliu și poate fi caracterizată prin frazele: „**Cum mi se poate întâmpla asta? Cine este de vină pentru asta?**”
- **Negociere:** În această etapă, vrem să ne întoarcem în timp. Această etapă presupune speranța că putem schimba sau amâna ceea ce s-a întâmplat și ne dorim ca viața să revină la cum a fost. Poate fi caracterizat cu „**Doar daca**” și „**Și dacă**” declarații.
- **Depresie:** În această etapă durerea devine mai prezentă și este important să ne amintim că această depresie nu este un semn de boală psihică, ci o reacție adecvată la o pierdere. Această etapă este o parte importantă a durerii și nu trebuie grăbită. Poate fi caracterizat prin fraze „**Mi-e dor de persoana iubită, de ce să continui?**”.
- **Acceptare:** Această etapă este despre acceptarea realității și învățarea să trăiești cu ea. Această ultimă etapă poate fi caracterizată prin sintagma „**Va fi bine**”.

De asemenea, este important să recunoaștem că durerea este un proces individual și nu toată lumea va experimenta procesul de doliu prin aceste cinci etape sau în această ordine specială. Conform Kübler-Ross (2005), oamenii pot experimenta adesea aceste etape într-un „efect de montagne russe”, ceea ce înseamnă că se schimbă între etape.



- **Pasul 3: Introducere în joc și sesiune de joc în sala de clasă (60 de minute)**

După explicația introductivă a celor cinci etape ale durerii, prezentați elevilor jocul Gris. Jucând jocul, ei vor explora cele cinci etape și vor vedea cum este reprezentată durerea în joc.

Înainte de a începe jocul, întrebați elevii dacă înțeleg cum trebuie jucat. Întregul joc durează aproximativ 3 ore pentru a se termina, cu toate acestea, puteți adapta timpul de joacă și chiar le puteți spune elevilor să termine ca temă.

Cereți elevilor să acorde atenție diferitelor aspecte în timpul jocului:

- Despre ce este jocul?
- Poți să recunoști etapele durerii în joc? Cum sunt înfățișate?
- Cum se schimbă muzica odată cu dezvoltarea jocului?

### Descrierea jocului:

Gris este un joc de aventură care se ocupă de procesul de doliu și prezintă imagini și muzică frumoase. Jucătorul trece prin diferitele etape ale durerii, care sunt ilustrate cu culori, rezolvând mici puzzle-uri pe parcurs.

La început, mediul de joc este gri și treptat, pe măsură ce personajul dobândește abilități, apar din ce în ce mai multe culori.

- [Gris – Trailer de lansare](#)



- **Pasul 4: Temă scrisă – lucrare de reflecție individuală (20 de minute)**

După joc, le puteți cere elevilor să-și noteze gândurile despre joc și simbolismul său. Deoarece aveau instrucțiuni despre lucrurile la care să se concentreze în timpul sesiunii de joc, puteau adăuga și detalii despre culorile, muzica și experiența generală a procesului de doliu în Gris.



Imaginea 2: A patra etapă. Sursă:<https://nomada.studio/>

- **Pasul 5: Concluzii (20 de minute)**

După cum am menționat, acest subiect poate fi foarte sensibil și este necesar să verificați elevii și să le acordați sprijin în timp ce se joacă și își scriu temele. Odată ce își încheie tema scrisă, puteți avea o discuție în grup în clasă. Puteți cere elevilor să-și împărtășească gândurile cu privire la reprezentarea vizuală a procesului de doliu în joc, ce etape ale durerii au recunoscut și cum a fost experiența lor generală de joc. De asemenea, îi puteți întreba dacă consideră că jocurile de acest fel sunt utile pentru persoanele care trec prin experiențe dureroase.



Imaginea 2: A patra etapă. Sursă:<https://nomada.studio/>

## Referințe

Annart, Julien, Gilson, Gaël, Cornut, Anne, Michnik, Grégory, Fenaert, Mélanie, Marquet, Virginie, Plumel, David, Guquet, Thierry, Bonvoisin, Daniel, Culot, Martin, Ponsard, Jonathan. (2019). Jeux vidéo et éducation, Ateliers de Pédagogie vidéoludique. Pentru J. <https://www.quai10.be/projets-pedagogiques/gaming/>

Kübler-Ross, E. și Kessler, D. (2005). Despre durere și durere: Găsirea semnificației durerii prin cele cinci etape ale pierderii. Simon și Schuster.

Kübler-Ross, E. și Kessler, D. (2009). Cele cinci etape ale durerii. În Library of Congress Catalog in Publication Data (Ed.), On grief and grieving (pp. 7-30).

Nomada Studio (2018). Gris [Joc video] Devolver Digital.

Site-ul oficial Gris: <https://nomada.studio/>



PlayStation (22 noiembrie 2019) „Gris - Trailer de lansare | PS4' [Video]. Youtube.

<https://www.youtube.com/watch?v=BRiKQIVo7ao>

