



LEARNING FOR LIFE™

DIAGEO



EMPATIA





CADERNO PEDAGÓGICO - PROGRAMA LEARNING FOR LIFE PARA ALUNOS

1. Apresentação dos cadernos

Este material foi desenvolvido para que você possa ter uma melhor experiência de aprendizado em sala de aula ao longo do programa Learning for Life. O foco é a sua aprendizagem e construção da sua carreira na área de bartender. Neste material, você encontrará orientações para que sua jornada aqui aconteça de forma produtiva e agradável. Nossa metodologia visa desenvolver habilidades intelectuais, profissionais, socioambientais e técnicas, além de promover inclusão social e cidadania para melhorar a sua vida.

2. Objetivo do Programa de formação profissional L4L

O programa Learning for Life, do Instituto DIAGEO, tem como foco a educação de jovens adultos. Este programa acontece em parceria com instituições de ensino, órgãos públicos e instituições de treinamento, visando oferecer ferramentas, treinamento e habilidades para futuros profissionais na área de bartender. Juntos, vamos promover:

- Igualdade
- Crescimento sustentável e inclusivo
- Habilidades e ensinamentos para a vida
- Bem-estar

E dar condições para que você possa trilhar sua carreira profissional.

3. Aprendizagens desejadas

O programa irá abranger diversas áreas para que você saia do programa capacitado:

- Comunicação
- Boa Memória
- Organização
- Empatia
- Postura Positiva
- Conhecimentos e habilidades técnicas específicas da carreira de bartender.

4. Experiência para Vida

O Learning for Life visa desenvolver nos alunos capacidades emocionais, sociais e cognitivas por meio de experiências de vida. Para isso, o programa segue como base as propostas da Organização Mundial da Saúde (OMS). As capacidades emocionais e sociais são desenvolvidas a partir da relação consigo mesmo e na interação com outras pessoas e auxiliam a ter uma melhor convivência, inclusive no ambiente de trabalho.

O conteúdo técnico abrange habilidades matemáticas e de escrita, além da técnica de bar.

5. O que queremos que você leve

Uma experiência que marque a sua vida não só em termos de conteúdo aprendidos e que também seja divertida, promovendo melhora na sua qualidade de vida e ampliando suas possibilidades de se inserir no mercado de trabalho na área de bartender.



FALA AÍ

EMPATIA

De tudo que conversamos até aqui, vocês diriam que **empatia é...?**



TOME NOTA



Empatia: cognição + afeto + comportamento

Metaforicamente, empatia é:
calçar os sapatos de alguém.

Cognição:

olhar pela perspectiva do outro e ter sensibilidade para inferir o que ele está sentindo naquele momento.

Comportamental:

expressar compreensão e reconhecimento dos sentimentos dos outros.

Afetivo:

preocupar-se com o bem-estar do outro, em outras palavras, compaixão.

A empatia fortalece vínculos e consequentemente melhora a qualidade dos relacionamentos, pois reduz conflitos.

A incapacidade de ver sob a perspectiva do outro viola seus direitos, pois ignora sua dignidade.

A empatia é um mecanismo de sobrevivência que existe em nós e nos animais como um recurso inato para a preservação da espécie. Em nós, humanos, a empatia é mais aprimorada, pois comparados a outras espécies, somos os mamíferos que demoram mais tempo para aprender a se alimentar e se limpar sem ajuda dos pais. Isto causa uma vinculação mais longa, ou seja, mais tempo para aprender a perceber e a responder a sinais emocionais.

Portanto, nossa habilidade mais aprimorada de empatia está associada ao tempo de socialização ao qual fomos expostos e o quanto fomos estimulados a dar atenção e cuidado a outros (dependendo do quanto nós mesmos recebemos atenção e cuidado).



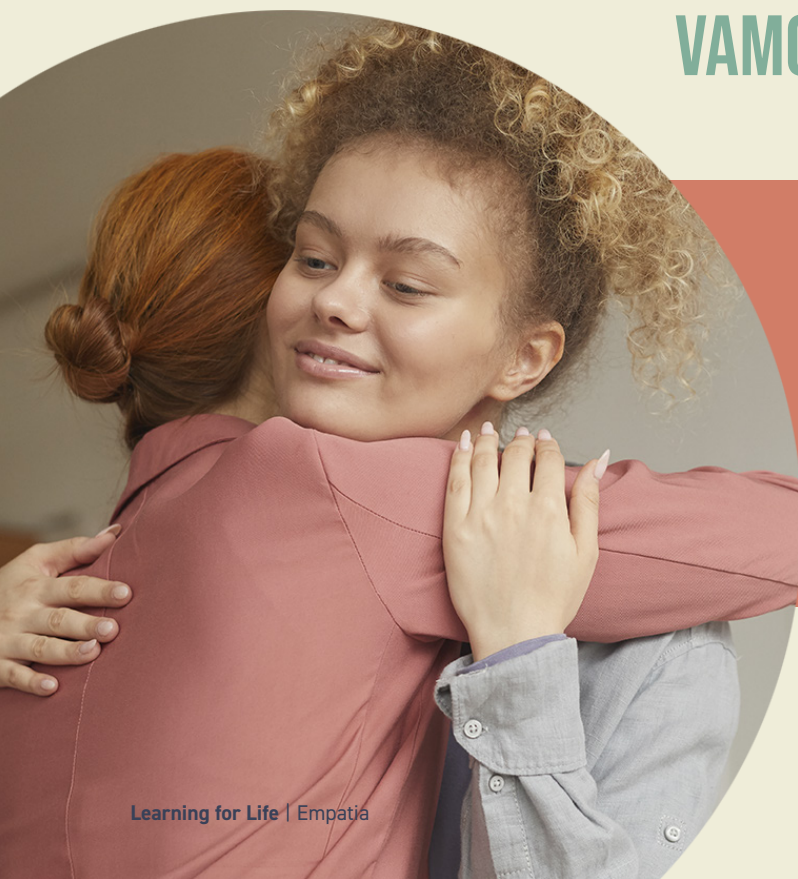
Crianças criadas sem atividades empáticas se transformam em adultos com déficit de atenção.

Importante! A habilidade de ser empático abrange: expressão facial coerente com a situação apresentada; paciência de ouvir sem interromper; ajudar o outro, quando possível, a elaborar uma solução por meio da escuta, feedback e perguntas.



FECHOU?

VAMOS TENTAR SER EMPÁTICOS?



Pergunte a alguém próximo como ele ou ela está se sentindo. Tente compreender seu sentimento com base no que ele ou ela te disser.

Importante:
Não faça julgamentos.

LEARNING FOR LIFE™

DIAGEO

