

رعاية

هذا هو الأسبوع الرابع في وحدة الرعاية. سيركز الطلاب على التعاطف مع التقدم الطبيعي للرعاية بمجرد تحديد التعاطف

ابدأ الوحدة بدرس الفصل بأكمله ثم اهدف إلى إكمال اثنين على الأقل من الدروس المصغرة مع طلابك على مدار الأسبوع. تم تصميم كل درس صغير لتقديم عناصر الدرس الرئيسي بطرق جديدة وجذابة.

الدرس الرئيسي

درس كامل للصف
30 دقيقة

START
HERE

تحدي التراجع

سيقوم الطلاب بجولة في المدرسة ، وتحديد المناطق التي لا تستوعب بشكل خاص ، ووضع خطة عمل لمنطقة واحدة على الأقل تم تحديدها.
(انظر الصفحة 2 للحصول على تفاصيل الدرس)

دروس مصغرة

للمجموعات الصغيرة
15 دقيقة



الرحمة في العمل

قسم الفصل إلى مجموعات صغيرة. اطلب من كل مجموعة أن تضع سيناريو يوضح صراعًا مشتركًا يواجهونه في المدرسة أو في المجتمع (التنمر ، والنميمة ، وما إلى ذلك). تداول مع مجموعة أخرى وقم بإنشاء لعب الأدوار لتوضيح كيف يمكنك التغلب على هذا الصراع.

للشركاء
15 دقيقة



الرحمة المستمرة

ناقش مع شريكك الوقت الذي تلقيت فيه تعاطفًا غير متوقع من شخص غريب. على سبيل المثال ، دفع شخص ما ثمن شرايك ، وساعدك في حمل شيء ثقيل ، وما إلى ذلك. كيف غير هذا من سلوكك؟ كيف يمكنك تمريرها / دفعها إلى الأمام؟

للأفراد
15 دقيقة



تقاسم الرحمة

اختر شخصًا واحدًا في منزلك لا تتسكع معه عادةً. افعل 3 أشياء عطوفة لهم اليوم. يتضمن ذلك الكلمات اللطيفة والإيماءات الصغيرة ومساعدة ما وراء الأعمال / توقعاتك المعتادة.

التركيز على التكنولوجيا
15 دقيقة



تطبيقات الرحمة

مع شريك ، استكشف التطبيقات المختلفة التي تركز على التعاطف مع الآخرين. حدد المفضلة لديك وقدمها إلى الفصل. إن أمكن ، قم بتنزيله وجربه هذا الأسبوع

تحدي التراحم

سيقوم الطلاب بجولة في المدرسة ، وتحديد المناطق التي لا تستوعب بشكل خاص ، ووضع خطة عمل لمنطقة واحدة على الأقل تم تحديدها.

الإطار الزمني للدرس
30 دقيقة

المواد المطلوبة

لا توجد مواد مطلوبة لهذا الدرس

خريطة المعايير

ومعايير ، CASEL يتوافق هذا الدرس مع كفاءات التنقيف الصحي الوطنية ، والمجتمع الدولي للتكنولوجيا في معايير التعليم ، عند الاقتضاء ، ومعايير الدولة الأساسية المشتركة. يرجى الرجوع إلى خريطة المعايير للمزيد من المعلومات.

هدف الدرس

الطلاب سوف:

- استخدم التعاطف كأداة تحفيزية لزيادة التعاطف في حياتك اليومية
- مارس التعاطف على الصعيدين المحلي والوطني

اتصال المعلم / الرعاية الذاتية

في وحدة الرعاية الخاصة بنا ، تكون المشاعر الرئيسية هي الرحمة ، وهي الرغبة في مساعدة المحتاجين. كيف يحتاجك طلابك اليوم؟ كيف يحتاجك زملاؤك؟ ما هي الطرق التي يمكنك بها إظهار التعاطف مع الحفاظ على الحدود المهنية والشخصية؟ تذكر أن كونك عطوفًا لا يعني أنك مسؤول عن حل مشاكل الجميع. لا يمكنك تغيير الحياة المنزلية للطلاب. لا يمكنك تحسين مهارات إدارة الفصل الدراسي لمعلم آخر بطريقة سحرية. ما الذي يمكنك فعله لإظهار التعاطف ، إذن ، عندما ترى الآخرين يكافحون؟ يمكنك توفير بيئة صفية مستقرة وصحية للطلاب لكي يزدهروا أثناء وجودهم في رعايتك. يمكنك تقديم استراتيجيات ، إذا طلب منك ذلك ، لمساعدة زميلك على إجراء تغييرات صغيرة وإيجابية في إدارة الفصل الدراسي. يتعلق التعاطف بالمساعدة حيثما تستطيع وأن تكون داعماً بينما تدرك أنه ليس كل مشكلة لك حلها. إن التواجد والاستماع والتعاطف والتصرف عندما تكون قادرًا هي خطوات جيدة لإظهار التعاطف تجاه الطلاب وزملائك في العمل.

يشارك

دقائق 4-6

(كيف تعرف الرحمة؟) (اسمح بالإجابات من عدة متطوعين)

نعم ، كل هذه الإجابات تشير إلى أرضية مشتركة من اللطف. يُعرّف التعاطف على أنه الشعور بالتعاطف والرغبة في مساعدة شخص محتاج.





يلهم

دقائق 4-6

لقد وصلنا إلى أسبوعنا الأخير في وحدة العناية الخاصة بنا. لقد اكتشفنا الرعاية الذاتية والامتنان والتعاطف. العنصر الأخير هو الرحمة. في هذه المرحلة من حياتنا ، سمعنا هذا المصطلح من قبل. ومع ذلك ، قد يختلف تعريفنا بناءً على تجاربنا الشخصية.

فكر في العودة إلى لعبتنا الأسبوع الماضي. كان علينا أن نقرر أي موقف يمكننا أن نتعاطف معه عن كثب: التعرض للمضايقة أو الاستبعاد. فقط لأنك تستطيع التعاطف مع الشخص الذي تعرض للتمييز لا يعني بالضرورة أنك تشعر تلقائيًا بالإلهام لمساعدته. الرحمة هي الخطوة التالية بعد التعاطف. إنه الإجراء الذي يتبع الارتباط العاطفي.

الآن ، فكر في وقت تمكنت فيه من إظهار التعاطف وإظهار التعاطف. شارك إجابتك مع أحد الجيران. (اسمح للعديد من المتطوعين بمشاركة أمثلةهم مع الفصل بأكمله إذا سمح الوقت بذلك).



التمكين

دقيقة 15

اشرح أن الفصل سينتقل الآن بقدرته على التعاطف إلى المستوى التالي باستخدام التعاطف لإجراء تغييرات صغيرة ولكنها مؤثرة داخل مدرستهم. سيذهب الفصل في "الرحمة التحدي المشي" في جميع أنحاء المدرسة.

- ابحث عن أي مناطق قد لا تناسب الجميع في المدرسة. يمكن أن يشمل ذلك المعاناة الجسدية (السلام وعدم وجود منحدر ، وما إلى ذلك) أو خيارات الخصوصية (غرف خلع الملابس والحمامات وما إلى ذلك).
- بعد المسيرة ، اجتمع مجددًا وأنشئ قائمة بالمناطق التي تمت ملاحظتها وطرح الحلول قدر الإمكان.
- ناقش من لديه القدرة على إجراء هذه التغييرات (الطلاب والمدرسون والإدارة) وتابع مشاركة ملاحظاتهم مع هؤلاء الأشخاص.



يعكس

دقائق 5-7

ناقش كيفك تحديات التعبير حقًا عن الشعور بالتعاطف مع فعل التعاطف.

- لماذا يصعب الرد بالأفعال في بعض الأحيان؟
- كيف أظهرت تعاطفك مع الآخرين في الماضي؟
- كيف شعرت بمساعدة شخص ما في موقف يمكنك التعاطف معه؟

عندما تتعاطف حقًا مع شخص ما ، فإن الأمر يتطلب شجاعة لمتابعة ومساعدته خلال وضعه. قد يكون تعاطفك مجرد نقطة تحول إيجابية لموقف صعب حقًا.