

# Caring



**Επιμέρους έννοιες που καλύπτονται: συμπόνια, ευγνωμοσύνη, εξυπηρετικότητα, ενσυναίσθηση, καλοσύνη**

Τα μαθήματα του Kindness in the Classroom διδάσκουν δεξιότητες καλοσύνης μέσω ενός πλαισίου βήμα προς βήμα εμπνεύστε, ενδυναμώστε, ενεργήστε, στοχάστε και μοιραστείτε. Κάθε μάθημα ξεκινά με το βήμα «κοινή χρήση» για την ενίσχυση της μάθησης από προηγούμενα μαθήματα. Το κομμάτι «πράξη» συνυφαίνεται στα μαθήματα αλλά λαμβάνει χώρα πραγματικά στα έργα.

Στη Μονάδα Φροντίδας, οι μαθητές θα συζητήσουν φήμες και κουτσομπολιά και θα αξιολογήσουν τις καταστροφικές τους επιπτώσεις. Η ενότητα τελειώνει με μαθήματα σχετικά με την ειλικρινή συγγνώμη και τη συγχώρεση. Αυτά τα θέματα μπορεί να προκαλέσουν έντονα συναισθήματα στους μαθητές εάν έχουν πέσει θύματα κουτσομπολιού ή φημών ή εάν έχουν σχέσεις (είτε στο σπίτι είτε στο σχολείο) όπου αισθάνονται ότι ζητούν συγγνώμη και ότι απαιτείται συγχώρεση. Να είστε ενήμεροι για εκείνους τους μαθητές που μπορεί να πυροδοτηθούν από αυτά τα θέματα και να είστε προετοιμασμένοι με ένα σχέδιουποστηρίξτε τους μέσω των υπηρεσιών και των πόρων που μπορεί να παρέχει το σχολείο σας.

## Στόχος ενότητας

Οι μαθητές θα:

- Προσδιορίστε φήμες και κουτσομπολιά.
- Επικοινωνήστε δυναμικά.
- Προσδιορίστε τρόπους για να ζητήσετε μια ειλικρινή συγγνώμη.
- Μάθετε πώς το να συγχωρούν τους άλλους τους βοηθά να ζήσουν πιο ευτυχισμένες ζωές.

## Εισαγωγή Φοιτητών

Καλώς ήρθατε στη Μονάδα Φροντίδας! Αυτή η μονάδα είναι πολύ σημαντική. Σε αυτή την ενότητα θα μάθετε πώς να φροντίζετε τον εαυτό σας και τους άλλους μαθαίνοντας πώς να σταματήσετε τη διάδοση φημών και κουτσομπολιά. Θα μάθετε επίσης - ήμανθάνω πάλιν - τη δύναμη να κάνεις μια ειλικρινή συγγνώμη και να προσφέρεις συγχώρεση. Και τα δύο αυτά πράγματα μπορεί να είναι πολύ δύσκολα γιατί σημαίνει ότι παραδεχόμαστε ότι κάναμε λάθος ή αποδεχόμαστε ότι κάποιος άλλος έκανε λάθος. Αν και αυτά δεν είναι άνετα θέματα, είναι απολύτως σημαντικό να έχετε τις δεξιότητες να δίνετε και να λαμβάνετε συγχώρεση. Αυτή είναι η απόλυτη επίδειξη φροντίδας και συμπόνιας - τόσο για τον εαυτό σας όσο και για τους άλλους. Εάν κάποια στιγμή δυσκολεύεστε με αυτές τις έννοιες, ενημερώστε τον δάσκαλό σας. Αυτός ή αυτή θα παρέχει την υποστήριξη και την καθοδήγηση που χρειάζεστε. Ας ξεκινήσουμε με το πρώτο μας μάθημα!

- Φήμες και κουτσομπολιά
- Διεκδικητική επικοινωνία

- Ζητώντας ειλικρινή συγγνώμη
- Συγχωρεί μικρό

## Μονάδα Μαθήματα

Τίτλος μαθήματος	Στόχοι μαθήματος	Απαιτούμενα υλικά
<b>Μάθημα 1</b> Λέξεις Σύννεφα Φροντίδας	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Προσδιορίστε φήμες και κουτσομπολιά.</li> <li>• Σκεφτείτε τρόπους με τους οποίους μπορούν να απαντήσουν όταν ακούν πληροφορίες που είναι αναληθή ή αγενείς.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❑ Κλιπ PBS Gossip and Rumors: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=98SChJzflD4">https://www.youtube.com/watch?v=98SChJzflD4</a></li> <li>❑ Φύλλα λευκού χαρτιού (κατά προτίμηση χαρτόνι ή χαρτί κατασκευής, κάτι που θα αντέξει) - ένα για κάθε μαθητή</li> <li>❑ Ψαλίδι</li> <li>❑ Σκεύη γραφής</li> <li>❑ Κορδόνι για να κρεμάσετε σύννεφα (αν θέλετε)</li> </ul>
<b>Μάθημα 2</b> Κόμικ επικοινωνίας	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Προσδιορίστε διαφορετικούς τρόπους επικοινωνίας με άλλους.</li> <li>• Επικοινωνήστε δυναμικά.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❑ Χαρτί για το κόμικ</li> <li>❑ Σκεύη γραφής/χρωματισμού</li> <li>❑ Χάρακας (για να σχεδιάσετε τετράγωνα για κόμικς, αν είναι επιθυμητό)</li> </ul>
<b>Μάθημα 3</b> Κάνοντας μια ειλικρινή συγγνώμη	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Προσδιορίστε τρόπους για να ζητήσετε μια ειλικρινή συγγνώμη.</li> <li>• Συνδέστε τη σημασία και τον αντίκτυπο μιας συγγνώμης με τη φροντίδα και τον σεβασμό.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❑ Διαβάστε για την έρευνα του Rob Lewicki για τη συγγνώμη: <a href="https://news.osu.edu/news/2016/04/12/effective-apology/">https://news.osu.edu/news/2016/04/12/effective-apology/</a></li> <li>❑ Υγεία παιδιών: <a href="http://kidshealth.org/en/kids/sorry.html">http://kidshealth.org/en/kids/sorry.html</a></li> </ul>
<b>Μάθημα 4</b> Βήματα προς τη συγχώρεση	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Μάθετε πώς το να συγχωρούν τους άλλους τους βοηθά να ζήσουν πιο ευτυχισμένες ζωές.</li> <li>• Συνδέστε τη σημασία και τον αντίκτυπο της συγχώρεσης με τη φροντίδα.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❑ The Lemon Moon της Edith Hope Fine: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=h3bELLiYqv8">https://www.youtube.com/watch?v=h3bELLiYqv8</a></li> <li>❑ Υλικό περιοδικών (χαρτί, μολύβια)</li> </ul>

## Έργα Μονάδων

Τίτλος Εργασίας	Επισκόπηση έργου	Απαιτούμενα υλικά
<b>Έργο 1</b> Νοιάζομαι για την #Selfie μου	Οι μαθητές επικεντρώνονται στον εντοπισμό των τρόπων με τους οποίους φροντίζουν το μυαλό και το σώμα τους και εντοπίζουν τρία συγκεκριμένα πράγματα (για τον εαυτό τους) για τα οποία είναι ευγνώμονες.	<ul style="list-style-type: none"> <li>❑ Θα χρησιμοποιήσετε τα σχέδια #selfie για την ιδέα του πίνακα ανακοινώσεων στο Έργο #1 για αυτήν την ενότητα.</li> <li>❑ Τυπωμένα φύλλα εργασίας #selfie, ένα για κάθε μαθητή (δείτε παρακάτω)</li> <li>❑ Μπογιές, μαρκαδόροι για το χρωματισμό της selfie</li> </ul>
<b>Έργο 2</b> Πρόγραμμα Spread Care Project	Οι μαθητές θα κάνουν καταιγισμό ιδεών σε τομείς που θα ήθελαν να βοηθήσουν άλλους, όπως η βοήθεια των θυρωρών, η βοήθεια του	❑ Φύλλο εργασίας σχεδίου έργου (βλ. συνημμένο)

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

---

προσωπικού της κουζίνας ή η βοήθεια νεότερων μαθητών διαβάζοντας ή βοηθώντας σε ειδικά έργα. Αυτό το έργο θα μπορούσε επίσης να προσαρμοστεί ώστε να είναι ένα μεγάλο ομαδικό έργο που σχετίζεται με τη φροντίδα, ίσως με τη φροντίδα του σχολικού χώρου ή τη συλλογική βοήθεια σε μια νεότερη τάξη με ένα συγκεκριμένο έργο ή δραστηριότητα.

---

❑ Διάφορα υλικά ανάλογα με το έργο που αποφασίστηκε.