

Cosa faresti?

Questa lezione aiuta gli studenti a comprendere l'empatia e come attivarla durante le situazioni quotidiane sia a scuola che a casa attraverso un'attività di discussione di scenari. A seconda dei tuoi studenti e del tempo assegnato, questa attività può essere adattata alle tue esigenze; gli studenti possono lavorare in piccoli gruppi o in grande, scegliendo di parlare, scrivere e presentare le loro idee o usare invece giochi di ruolo. Gli studenti potrebbero lavorare in modo indipendente sulle loro risposte e poi pensare, accoppiare, condividere. Ci sono molti modi per affrontare le situazioni presentate nel foglio di lavoro di chiusura. Si noti che viene concesso più tempo alla fine di questa lezione (Empower and Wrap Up), quindi pianifica il tuo tempo di conseguenza.

Premuroso Concetti secondari

Compassione, Empatia, Gentilezza

Orario della lezione

45 minuti

Materiali richiesti

- ☐ Qual è la cosa gentile da fare? Foglio di lavoro

Mappa degli standard

Questa lezione è in linea con le competenze CASEL, gli standard di educazione sanitaria nazionale e gli standard statali comuni. Si prega di fare riferimento al Mappa degli standard per maggiori informazioni.



DESIGNATO DA CASEL
COME PROGRAMMA CONSIGLIATO
PER L'APPRENDIMENTO SOCIALE ED EMOTIVO.
Vedere l'ultima pagina per i dettagli.

Obiettivo della lezione

Gli studenti:

- Comprendi la definizione di empatia.
- Rifletti su situazioni ipotetiche che innescano empatia e formula una risposta.

Connessione insegnante / cura di sé

Compassione ed empatia vanno di pari passo. Quando provi quel tiro di compassione, spesso sei in grado di esprimere empatia contemporaneamente. La scorsa settimana ci siamo concentrati sul prestare maggiore attenzione alle persone spesso dimenticate nella tua comunità. Questa settimana, la sfida diventa ancora più profonda. Scegli una persona nella tua comunità con cui entrare in empatia e metti nei suoi panni per un giorno. Com'è la loro giornata? Quali lotte potrebbero incontrare? Quale potrebbe essere il momento clou della loro giornata? Se possibile, prova a vivere un giorno come farebbero loro. Se ciò non è possibile, prova a visualizzare la giornata o a scriverla nel diario. La compassione ci porta a provare emozioni. Tuttavia, la vera empatia ci consente di metterci esattamente al posto dell'altra persona, con i suoi alti e bassi, le sue lotte e le sue celebrazioni. Questo semplice esercizio può aiutarti a praticare l'empatia più prontamente con tutte le persone diverse sia a livello locale che internazionale.

Suggerimenti per studenti diversi

- Prendere appunti o fare una presentazione potrebbe essere difficile per alcuni studenti; per garantire che tutti gli studenti si trovino in una situazione in cui possono massimizzare la loro partecipazione e il loro coinvolgimento, potresti voler organizzare in anticipo i gruppi.

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

- Leggi ogni scenario ad alta voce prima di dividere i gruppi per assicurarti che vengano ascoltati correttamente e chiaramente.
- Fai circolare la stanza mentre i gruppi lavorano per garantire l'inclusione di tutti i membri.



Condividere

3-5 minuti

Nella nostra ultima lezione, abbiamo parlato di come possiamo mostrare compassione e cura per le altre persone. Abbiamo scritto lettere a noi stessi che delineano come potremmo prenderci cura degli altri nella nostra comunità. Riceverai quelle lettere in un momento in cui non te lo aspetti e spero che ti ricordino l'impatto che puoi avere quando ti prendi cura delle altre persone!

Pensa per un minuto a chi si prende cura di te. Chiama il nome di qualcuno che si prende cura di te; andare!

Questo diventa un po' rumoroso e caotico, ma è divertente riempire l'aria con il suono dei bambini che riconoscono coloro che si prendono cura di loro. Se sarà un problema riprendere il controllo dopo circa 30 secondi o 1 minuto di chiamate, chiedi agli studenti di farlo in modo più organizzato.



Ispirare

3-5 minuti

È stato davvero incoraggiante ascoltare tutte le persone che si prendono cura di noi. Abbiamo appena riempito l'aria con i nomi delle persone a cui importa! Non è fantastico?

Ora, nella lezione n. 2 in cui abbiamo parlato delle cose che potremmo fare per "dare cinque" a qualcun altro, per aiutare qualcun altro a far fronte allo stress e per aiutarlo a risolvere un problema, ho menzionato la parola empatia. Qualcuno ha idea di cosa significhi questa parola?

Invita la risposta dello studente.

Empatia significa che siamo in grado di comprendere i sentimenti o il punto di vista di un'altra persona perché abbiamo avuto la stessa esperienza o un'esperienza simile. Quindi, per esempio, se uno di voi si rompe un braccio, posso empatizzare o capire il vostro dolore e la vostra frustrazione perché anch'io mi sono rotto il braccio. Sentiti libero di modificare questo esempio in modo che sia vero per te.

Quando proviamo empatia per un'altra persona, siamo in grado di rispondere sinceramente alle sue emozioni e sentimenti in un modo che la faccia sentire ascoltata e compresa.

L'empatia può funzionare anche nei momenti di eccitazione e gioia! Se stai per fare un viaggio speciale a Disney World, ad esempio, posso entrare in empatia o capire la tua eccitazione perché sono stato a Disney World e so quanto sia fantastico. Posso sentirmi eccitato per te perché so tutto il divertimento che avrai.

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

L'empatia è un'emozione davvero potente.



Potenziare

7-10 minuti

Ok, ora ti dividerai in sei diversi gruppi. Ogni gruppo riceve uno scenario da leggere e poi risponde alle domande. Dopo che tutti i gruppi saranno terminati, torneremo insieme come un grande gruppo per esaminare ogni scenario e la risposta del tuo gruppo ad esso. Quindi, dovresti scegliere un lettore, uno che prende appunti e almeno un presentatore.

Puoi chiedere agli studenti di prendere appunti su un quaderno, sul foglio degli scenari o su un grande blocco note adesivo che possono appendere dietro di loro alla lavagna come mini presentazione visiva.

Usa la domanda "Qual è la cosa gentile da fare?" foglio di lavoro incluso di seguito. Concedi agli studenti circa 10 minuti per leggere il loro scenario e parlare delle loro risposte.



Riflettere

5 minuti

Prenditi del tempo per ogni gruppo per presentare. Questo può avvenire alla fine della giornata come parte della strategia di riepilogo o uscita. Al momento della presentazione, gli studenti possono guadagnare un biglietto di uscita.

Assicurati di evidenziare l'empatia nella discussione; ogni scenario chiede agli studenti se si sono trovati in una situazione simile. Chiedi: "Come ti sei sentito? Cosa ha fatto la differenza per te?" Apri questo agli altri nel gruppo più grande.



Idee di estensione

- Gli studenti potrebbero recitare le idee sulle carte degli scenari (invece di presentare), oppure potrebbero fare un gioco di ruolo e poi chiedere a uno studente del gruppo di porre domande al pubblico o spiegare la loro interpretazione.
- Gli studenti possono scrivere altri scenari che vedono o hanno sperimentato e puoi salvarli per giochi di ruolo futuri, suggerimenti per il diario e rinforzo del concetto generale.
- La sezione Condividi potrebbe essere convertita in una "rete di cura" in cui, invece di gridare tutti contemporaneamente, gli studenti stanno in cerchio, una persona tiene in mano un gomitolo. Quando quello studente dice il nome di una persona che si prende cura di lui/lei, lancia il filo a un'altra persona che dice il nome di qualcuno che si prende cura di loro. Tengono il loro pezzo di filo e poi lo lanciano a un'altra persona che fa la stessa cosa. Questo continua fino a quando tutti hanno parlato e rimane una grande rete di cure!



DESIGNATO DA CASEL
COME PROGRAMMA
CONSIGLIATO PER
L'APPRENDIMENTO
SOCIALE ED EMOTIVO.

La collaborazione per l'apprendimento accademico, sociale ed emotivo (CASEL) esamina i programmi SEL basati sull'evidenza dal 2003. Kindness in the Classroom® soddisfa il programma SElect di CASEL ed è incluso nel CASEL Guida a efficaci programmi di apprendimento sociale ed emotivo.

Kindness in the Classroom® ha soddisfatto o superato tutti i criteri CASEL per una programmazione SEL di alta qualità. Kindness in the Classroom® ha ricevuto la più alta designazione di CASEL per la programmazione SEL di alta qualità.

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

Qual è la cosa gentile da fare?

<p>Scenario 1:</p> <p>A Melissa, Joe e Christina non piace fare le faccende domestiche. Quando i genitori chiedono loro di portare fuori la spazzatura e di portare a spasso il cane, si lamentano e non vogliono aiutare.</p> <ul style="list-style-type: none">• In che modo i bambini possono mostrare cura e rispetto ai loro genitori? Come reagiresti in questa situazione?• A volte non facciamo la cosa giusta anche se sappiamo che dovremmo. Perché no?• Cosa potete fare per rispondere ai vostri genitori nel modo che voi e loro vorreste?	<p>Scenario 2:</p> <p>Alicia è davvero entusiasta di una nuova gonna. Quando lo indossa a scuola il giorno dopo, alcune ragazze lo prendono in giro. Monique è la migliore amica di Alicia e vede le ragazze prendere in giro Alicia.</p> <ul style="list-style-type: none">• Come può Monique mostrare attenzione e rispetto per Alicia?• Come risponderesti se fossi Monique? Se tu fossi Alicia? Sei mai stato in questa situazione?• Cosa puoi fare per difendere i tuoi amici in modo premuroso e rispettoso?
<p>Scenario 3:</p> <p>La sorella minore di Gwen, Isabel, vuole sempre giocare con Gwen. Quando arrivano gli amici di Gwen, Isabel non li lascia soli e Gwen si arrabbia molto.</p> <ul style="list-style-type: none">• Come può Gwen essere gentile con Isabel?• Come risponderesti se fossi Gwen? Se tu fossi Isabel? Sei mai stato in questa situazione?• Come potresti essere più paziente e inclusivo con i tuoi fratelli o con gli amici?	<p>Scenario 4:</p> <p>La signora Martinez fa sempre cose gentili per i bambini del vicinato; soprattutto per Josie e le sue amiche. Prepara loro dei biscotti, li va a prendere dopo la scuola quando i genitori lavorano e li ascolta quando hanno un problema.</p> <ul style="list-style-type: none">• Come possono Josie e le sue amiche mostrare gratitudine alla signora Martinez?• Sei mai stato in una situazione simile a Josie e ai suoi amici? Che cosa hai fatto?• Quali sono alcuni modi in cui possiamo essere grati agli altri quando fanno cose gentili per noi?
<p>Scenario 5:</p> <p>Michael è in quarta elementare nella tua scuola. Colpisce e infastidisce costantemente gli altri bambini in classe, manca di rispetto all'insegnante ed è un pagliaccio di classe. Gli studenti hanno difficoltà a concentrarsi e vogliono che Michael smetta, ma hanno paura di lui. Antonio è il suo migliore amico e decide di parlargli dei problemi.</p> <ul style="list-style-type: none">• Quali sono alcuni modi rispettosi in cui Antonio può parlare a Michael del modo in cui si sta comportando?• Come risponderesti se fossi Antonio? Se tu fossi Michael? Sei mai stato in questa situazione?• Potrebbe essere allettante trattare Michael nello stesso modo in cui tratta gli altri. Come puoi essere gentile anche quando potrebbe essere difficile farlo?	<p>Scenario 6:</p> <p>Eric gioca in una squadra di baseball della Little League e non ama tutta la spazzatura che la gente lascia sul campo da baseball dopo le partite.</p> <ul style="list-style-type: none">• Cosa possono fare Eric e i suoi amici per risolvere il problema della spazzatura al campo da baseball?• Come risponderesti se fossi Eric e i suoi amici? Hai mai visto un problema come questo e non sapevi esattamente cosa fare?• Non sempre ci prendiamo il tempo per capire cosa possiamo fare per risolvere i grandi problemi. Cosa ci impedisce di farlo?

--	--