

Premuroso

Questa è la terza settimana nell'unità di cura. Gli studenti si concentreranno sull'empatia e sulla ricerca di un terreno comune con gli altri indipendentemente dal background e dalla posizione.

Inizia l'unità con l'intera lezione di classe e poi mira a completare almeno due delle mini lezioni con i tuoi studenti durante la settimana. Ogni mini lezione è progettata per presentare elementi della lezione principale in modi nuovi e coinvolgenti.

Lezione principale

Lezione di tutta la classe
30 minuti



Trova la tua empatia

Gli studenti si sfideranno a trovare empatia all'interno di una varietà di scenari. Devono spiegare il loro terreno comune o cercarlo attraverso la discussione di gruppo. (Vedere pagina 2 per i dettagli della lezione.)

Mini lezioni

Per piccoli gruppi
15 minuti



Lotte simili

Dividi la classe in gruppi di 4-6. Chiedi a ogni gruppo di fare un brainstorming su un problema comune che gli studenti di prima media affrontano quotidianamente a scuola. Brainstorm 2-3 possibili soluzioni per ogni lotta. Condividi la tua lotta e le soluzioni con la classe.

Per i partner
15 minuti



Terreno comune

Con un partner, crea un elenco di 3-5 esperienze che hai in comune. Vai oltre gli attributi fisici e le preferenze personali. Se il tempo lo consente, racconta ad alta voce almeno un'esperienza comune con la classe.

Per gli individui
15 minuti



Carte ispiratrici

Crea una carta edificante per un bambino attualmente in ospedale. Come ci si sente ad essere lontani dai propri genitori o dalla propria famiglia, lavorando su se stessi solo con visite? Progetta la tua carta per portare loro gioia e pace.

Incentrato sulla tecnologia
15 minuti



Consapevolezza ampliata

Dividi la classe in gruppi di 4-6. Chiedi a ogni gruppo di riflettere su almeno un problema nazionale e uno internazionale di cui hanno sentito parlare. In che modo la tecnologia ti ha aiutato a conoscere questi eventi? In che modo la tecnologia ti ha aiutato a entrare in empatia con persone che vivono lontano e che potrebbero non avere nulla in comune con te?

Trova la tua empatia

Gli studenti si sfideranno a trovare empatia all'interno di una varietà di scenari. Devono spiegare il loro terreno comune o cercarlo attraverso la discussione di gruppo.

Orario della lezione

30 minuti

Materiali richiesti

☐ Per questa lezione non è richiesto alcun materiale.

Mappa degli standard

Questa lezione è in linea con le competenze CASEL, gli standard di educazione sanitaria nazionale, gli standard dell'International Society for Technology in Education, se applicabili, e gli standard comuni di base dello stato. Si prega di fare riferimento al [Mappa degli standard](#) per maggiori informazioni.

Obiettivo della lezione

Gli studenti:

- Esplora la differenza tra simpatia ed empatia.
- Sviluppa una comprensione dell'empatia in quanto si applica a loro personalmente.
- Pratica l'empatia in una varietà di scenari durante la loro routine quotidiana.

Connessione insegnante / cura di sé

Ogni studente con cui lavori è unico. Forse lavori con studenti che provengono da contesti difficili. Forse lavori con studenti che hanno case molto stabili e amorevoli. Forse lavori con studenti che sono in affidamento o che vivono con una famiglia allargata o sono senz'atetto. Forse lavori con studenti che amano la scuola e vanno bene. Forse lavori con studenti a cui non piace la scuola e che sono indietro rispetto al livello scolastico. Qualunque sia la situazione, cerca il terreno comune che condividi con ogni studente. Entrambi nelle loro sfide e nei loro trionfi. Essere in grado di entrare in empatia con ciò che stanno attraversando al di fuori delle tue cure ti aiuterà a essere più premuroso e compassionevole nei loro confronti quando sono sotto la tua responsabilità. Gli studenti di questa età stanno formando le loro identità e desiderano ardentemente essere visti e conosciuti. Mostrare empatia nei loro confronti come individui contribuirà notevolmente ad aiutarli ad affrontare le sfide e formare una sana immagine di sé.

**Condividere**

3-5 minuti

Finora abbiamo esplorato la cura e come si collega alla cura di sé e alla gratitudine. Questa settimana la nostra attenzione si sposta sull'empatia. Questo può essere un concetto difficile da spiegare e definire. Per aiutarci a comprendere meglio questo concetto complicato, esploriamo la differenza tra simpatia ed empatia.

La simpatia è provare pietà o dolore per qualcun altro.

Qual è un esempio di un momento in cui hai provato pietà per qualcun altro?



Ispirare

3-5 minuti

L'empatia va oltre questo sentimento di pietà o dolore. Non ti dispiace solo per qualcuno e per la sua situazione. Sei in grado di comprendere veramente le emozioni di qualcun altro e guardare le cose dalla loro prospettiva. Lavoriamo insieme per esplorare come appare:

Chiudi gli occhi e immagina il seguente scenario:

Miriam si alza ogni mattina alle 6:30 per prendere l'autobus. Se è in ritardo, deve camminare per 2 miglia fino a scuola perché suo padre va al lavoro prima che lei si alzi. Oggi è in ritardo di 15 minuti e deve iniziare a camminare. Apre la porta e viene accolta da una folata di vento gelido e diversi fiocchi di neve.

Lei sorride.

Ok, ora mettiti nei suoi panni.

Cosa potrebbe provare, pensare e sperimentare? Assicurati che questi non siano i tuoi sentimenti ma i suoi. Adora la neve ed è entusiasta di camminarci sopra stamattina. Tu, tuttavia, potresti essere accigliato al pensiero!

La tua capacità di capire i sentimenti e guarda questo dal suo punto di vista anche se potrebbe differire dal tuo è empatia. Sei riuscito a connetterti con lei a livello personale; forse sei già arrivato in ritardo, hai dovuto camminare da qualche parte o sei stato sorpreso da una tempesta di neve. Hai trovato un terreno comune e questo ha aumentato la tua empatia.



Potenziare

15 minuti

Spiega che la classe ora farà un gioco per esercitarsi nell'uso dell'empatia. Sottolinea che è più facile entrare in empatia con alcune situazioni poiché abbiamo sperimentato qualcosa di simile. Un semplice esempio potrebbe essere essere in ritardo per la lezione. Alla maggior parte di noi è successo prima o poi. Puoi facilmente usare l'empatia per metterti nei panni di uno studente in ritardo!

Come giocare:

Identifica un lato della classe come "sì" e l'altro lato come "no". Spiega che leggerai ad alta voce uno scenario su altri bambini. Ogni studente chiuderà gli occhi e tenterà di entrare in empatia con la persona. Se sono in grado di comprendere facilmente le emozioni di quella persona e guardare le cose dalla loro prospettiva, si avvicinano al lato "sì" della stanza.

Se scegli il lato "sì", preparati a spiegare le tue ragioni. Come riesci a entrare in empatia? Che connessione hai con la situazione di quella persona?

Se scegli il lato "no", preparati a esplorare la possibilità di un terreno comune a cui potresti non aver pensato prima.

Nota: se gli studenti dicono di non poter entrare in empatia con lo scenario, sfidali a trovare un terreno comune. Se ci pensiamo bene, di solito riusciamo a trovare qualcosa in comune!

Scenari:

- Un ragazzo torna a casa e trova la porta chiusa. Non c'è nessuno in casa e il suo telefono è morto. I suoi vicini non rispondono alla porta e lui non sa dove sia la sua famiglia.
- Due bambini si ritrovano persi nel bosco. Stavano pescando al lago e non prestavano attenzione a dove vagavano. Si sta facendo buio e la temperatura sta scendendo rapidamente.
- A 12 anni piace essere il "bambino" della famiglia e ha appena scoperto che i suoi genitori aspettano un altro figlio.
- Una famiglia ha appena scoperto che deve trasferirsi la prossima settimana per un nuovo lavoro. I bambini dovranno cambiare scuola ed è già febbraio.



Riflettere

5-7 minuti

Come classe, discutete dell'importanza dell'empatia e di come ci aiuta a prenderci cura degli altri sia nella nostra comunità che su scala più ampia (a livello nazionale, mondiale, ecc.).

Questa settimana, prova a usare l'empatia con quelli con cui di solito non esci. Cosa potresti avere in comune con la ragazza con cui ti siedi accanto in classe? Il ragazzo del tuo quartiere? La famiglia in fondo alla strada?