

# 通过感官产生同理心

本课的重点是通过同理心进行关怀。学生将利用他们的五种感官根据一幅描绘来自另一种文化/国家的人们的艺术品创作一个短篇故事。注意：如果需要，本课程可以轻松分为两节 20 分钟的课程。只需结束 Inspire Read Aloud 故事后的第一课即可。

关爱子概念  
同情心、同理心、仁慈

课程时间  
45分钟

所需材料

- ☐ 马拉拉的神奇铅笔 作者：马拉拉·优素福扎伊
- ☐ 艺术图像（每个 OR 在教室内投影 6-8 份）
- ☐ 提示工作表
- ☐ 横格纸
- ☐ 铅笔

标准地图  
本课程符合 CASEL 能力、国家健康教育标准和共同核心州标准。请参阅[标准地图](#)了解更多信息。



由案件指定  
作为推荐计划  
用于社交和情感学习。  
详情请参阅最后一页。

## 课程目标

学生将：

- 使用五种感官展示对同理心的初步理解
- 对艺术中描绘的场景培养同理心。

## 教师联系/自我照顾

同情心和同理心是齐头并进的。当你体验到同情心时，你通常能够同时表达同理心。上周我们重点关注社区中经常被遗忘的事情。本周，挑战更加严峻。在你的社区中选择一个能够产生共鸣的人，并设身处地为他们着想一天。他们的一天是什么样的？他们可能会遇到什么挣扎？他们这一天的亮点可能是什么？如果可能的话，尝试有一天按照他们的方式生活。如果这不可能，请尝试想象这一天或写日记。同情心引导我们感受情感。然而，真正的同理心让我们能够将自己置于他人的立场上，了解他们的高潮和低谷、他们的挣扎和他们的庆祝。这个简单的练习可以帮助您更轻松地与本地和国际上的所有不同的人练习同理心。

### 给不同学习者的建议

- 让学生口述他们的答案。
- 如果需要，将学生配对，一起完成活动。



## 分享

5-7分钟

使用线团搭建一个充满爱心的蜘蛛网。

- 从老师开始, 拿着线团的人对另一个人说了一些好话, 然后把线团扔给他们, 同时也握住一根线团。
- 然后学生将选择其他人并重复该活动。游戏结束时, 每个人都应该握住绳子, 您将创建一个巨大的充满爱心的蜘蛛网!



## 启发

什么是同理心?

15-20日 分钟

解释同理心是分享和理解他人感受的能力。这可能听起来令人困惑, 但实际上你几乎每天在课堂上都会这样做。你见过朋友摔倒受伤吗? 他们会有什么感觉? 你能想象他们的痛苦吗? 是的, 我们当然可以! 我们班的每个人都至少受伤过一次。我们知道那种痛苦。我们可以分享和理解他们的痛苦, 因为我们从自己的经历中知道那是什么感觉。这就是同理心。有时, 我们从未经历过的事情发生在别人身上。我们仍然可以表现出同情心, 但我们必须努力设身处地为他们着想。尝试想象他们的感受可以帮助我们理解他们的感受, 这样我们就可以对他们表现出善意和同情。

大声朗读“马拉拉的神奇铅笔作者: 马拉拉·优素福扎伊 (Malala Yousafzai) (10-12 分钟)

用于朗读的 YouTube 链接<https://www.youtube.com/watch?v=uSrC-GNbjQg>

读完故事后, 回顾一下故事中的一些相同点和不同点马拉拉的文化 and 我们的:

- 您和马拉拉有哪些共同点?
- 危险人物来到她的小镇后, 您注意到她的文化发生的最大变化是什么?
- 当你得知马拉拉和其他女孩被禁止上学时, 你有何感受?

即使我们这里的教育在你的一生中从未受到限制, 但能够设身处地为马拉拉着想, 这就是同理心!



## 赋能

20 分钟

向学生解释，学生将根据艺术品提供的提示，与合作伙伴一起创作一个短篇故事，从而探索同理心。显示下面的图片并阅读每张图片的简短标题。不要提供有关解释的进一步讨论。这将与他们的合作伙伴一起完成。

- 每件艺术品您需要 5-8 份。如果您无法以彩色打印它们，您可以将它们投影在教室内，并为每个字母或数字分配一个字母或数字。
- 为每组分配一幅特定的画作。最好随机地进行此操作，让他们从面朝下的牌堆中选择一张牌，或者掷骰子以获得与其中一幅画相关的相应数字。
- 查看下面的提示工作表：
  - 这幅画里发生了什么？
  - 画中的人在看什么？
  - 他们可能会听到什么？
  - 他们可能尝到什么味道？想象一下他们刚刚吃过饭。
  - 他们可能正在触摸或抓住什么？
  - 他们感觉如何？
  - 鼓励两人利用同理心将自己置于画中所代表的一个或多个人的位置上。答案不应该是你个人的解释，而应该是对你如何想象绘画主题的有根据的猜测。利用绘画中的线索（颜色、表情、其他物品等）来帮助你判断他们的经历。
- 完成提示后，两人中的一个人会将所写内容变成一个组合段落。



## 反映

5分钟

让每一对都有时间大声朗读他们的段落。（这也可以由老师完成）。

- 哪种感觉最难想象？为什么？
- 运用同理心将自己置于他人的立场上是不是很困难？为什么或者为什么不？
- 同理心如何帮助我们更好地理解他人的想法？



## 扩展想法

- 将本课程与您的艺术老师结合起来, 深入了解艺术欣赏。学生可以探索艺术欣赏的组成部分, 因为它与善良和同理心有关。
- 让每一对通过使用他们个人的诠释重新创作他们的艺术作品来说明他们的故事。
- 在家扩展: 让学生采访家里的一个人, 谈论最喜欢的童年记忆。让每个学生向全班报告他们的发现!

RAK Notebook 提示(有关更多详细信息, 请参阅“尊重”单元中的 RAK Notebook 项目):

- 将“关怀”一词垂直写在一张卡片纸上, 然后将其粘到笔记本上。
- 使用每个字母作为单词的第一个字母, 描述您在本单元中学到的内容。
- 记住要融入帮助者的概念: 自我照顾、乐于助人、感恩、同情和同理心。



由案件指定  
作为社交和情感学习的推荐  
项目。

学术、社交和情感学习协作组织(卡塞尔)自 2003 年以来一直在审查基于证据的 SEL 计划。Kindness in the Classroom® 符合 CASEL 的 SElect 计划, 并包含在 CASEL 有效社交和情感学习计划指南。

Kindness in the Classroom® 达到或超过了 CASEL 高质量 SEL 编程的所有标准。Kindness in the Classroom® 获得了 CASEL 高质量 SEL 编程的最高称号。

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

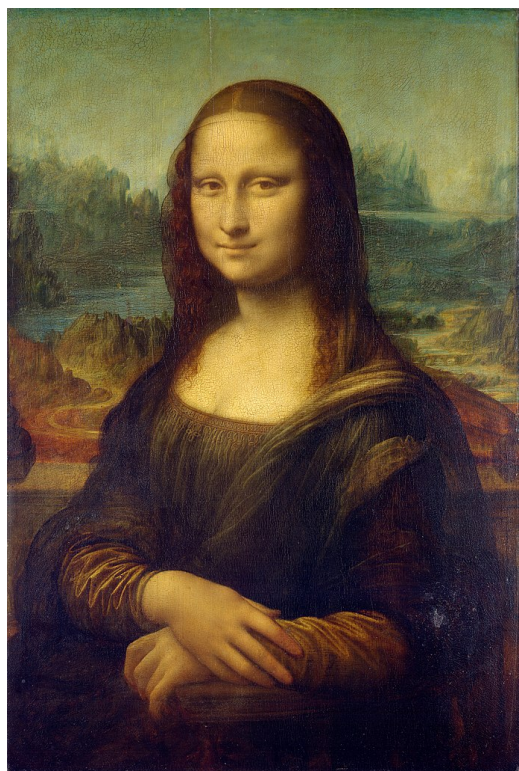




拉格兰德贾特岛的周日下午  
乔治·修拉的绘画



祖母与婴儿  
帕特里克·基努西亚 (Patrick Kinuthia) 的绘画



蒙娜丽莎  
列奥纳多·达·芬奇的绘画



父亲和儿子  
谢东明画

动用你的想象力。运用同理心，设身处地为他们着想。这幅画里发生了什么？

---

---

---

他们可能在看什么？

---

---

---

他们可能听到或听到什么？

---

---

---

他们周围可能有什么气味？

---

---

---

他们可能刚刚吃了什么？

---

---

---

他们用手和脚触摸什么？

---

---

---

他们感觉如何？

---

---

---

一旦你得到了这些问题的所有答案，你就可以开始写你的故事了。  
只需将每个答案变成一个完整的句子即可。这是一个例子：

我们正在观看一场激动人心的划船比赛。我们看着水手们从我们身边驶过。我们听到双方的欢呼声。我们闻到野餐篮里面包的香味。我们刚刚吃完带有肉的三明治。我们的脚踩着草地，双手撑着雨伞。我们感到很兴奋，因为我们的球队刚刚获胜！