

Merawat

Ini adalah minggu ke-3 di unit perawatan. Siswa akan fokus pada empati dan menemukan kesamaan dengan orang lain terlepas dari latar belakang dan lokasi.

Mulailah unit dengan pelajaran seluruh kelas dan kemudian targetkan untuk menyelesaikan setidaknya dua pelajaran mini dengan siswa Anda sepanjang minggu. Setiap pelajaran mini dirancang untuk menyajikan unsur pelajaran utama dengan cara yang baru dan menarik.

Pelajaran Utama

Pelajaran Seluruh Kelas
30 menit



Temukan Empati Anda

Siswa akan menantang diri mereka sendiri untuk menemukan empati dalam berbagai skenario. Mereka harus menjelaskan kesamaan mereka atau mencarinya melalui diskusi kelompok. *(Lihat halaman 2 untuk rincian pelajaran.)*

Pelajaran Mini

Untuk Grup Kecil
15 menit



Perjuangan Serupa

Bagilah kelas menjadi kelompok-kelompok yang terdiri dari 4-6 orang. Mintalah setiap kelompok melakukan brainstorming satu masalah umum yang dihadapi siswa kelas 6 di sekolah setiap hari. Brainstorm 2-3 kemungkinan solusi untuk setiap perjuangan. Bagikan perjuangan dan solusi Anda dengan kelas.

Untuk Mitra
15 menit



Kesamaan

Dengan seorang mitra, buat daftar 3-5 pengalaman yang sama-sama Anda miliki. Bergerak melampaui atribut fisik dan preferensi pribadi. Jika waktu mengizinkan, bagikan setidaknya satu pengalaman umum dengan lantang kepada kelas.

Untuk Individu
15 menit



Kartu Inspiratif

Buat kartu semangat untuk anak yang saat ini berada di rumah sakit. Bagaimana rasanya jauh dari orang tua atau keluarga, mengurus diri sendiri hanya dengan kunjungan? Rancang kartu Anda untuk memberi mereka kegembiraan dan kedamaian.

Berfokus pada Teknologi
15 menit



Kesadaran Diperluas

Bagilah kelas menjadi beberapa kelompok yang terdiri dari 4-6 orang. Mintalah setiap kelompok melakukan brainstorming setidaknya satu masalah nasional dan internasional yang telah mereka dengar. Bagaimana teknologi membantu Anda belajar tentang peristiwa ini? Bagaimana teknologi membantu Anda berempati dengan orang-orang yang tinggal jauh dan mungkin tidak memiliki kesamaan apa pun dengan Anda?

Temukan Empati Anda

Siswa akan menantang diri mereka sendiri untuk menemukan empati dalam berbagai skenario. Mereka harus menjelaskan kesamaan mereka atau mencarinya melalui diskusi kelompok.

Jangka Waktu Pelajaran
30 menit

Bahan yang Dibutuhkan

- ☐ Tidak ada bahan yang diperlukan untuk pelajaran ini.

Peta Standar

Pelajaran ini sejalan dengan Kompetensi CASEL, Standar Pendidikan Kesehatan Nasional, Masyarakat Internasional untuk Teknologi dalam Standar Pendidikan, bila berlaku, dan Standar Negara Inti Umum. Silakan merujuk ke [Peta Standar](#) untuk informasi lebih lanjut.

Tujuan Pelajaran

Siswa akan:

- Jelajahi perbedaan antara simpati dan empati.
- Kembangkan pemahaman tentang empati yang berlaku bagi mereka secara pribadi.
- Latih empati dalam berbagai skenario sepanjang rutinitas harian mereka.

Koneksi Guru / Perawatan Diri

Setiap siswa yang bekerja dengan Anda adalah unik. Mungkin Anda bekerja dengan siswa yang berasal dari latar belakang yang menantang. Mungkin Anda bekerja dengan siswa yang memiliki rumah yang sangat stabil dan penuh kasih. Mungkin Anda bekerja dengan siswa yang berada di panti asuhan atau yang tinggal bersama keluarga besar atau tunawisma. Mungkin Anda bekerja dengan siswa yang menyukai sekolah dan berprestasi. Mungkin Anda bekerja dengan siswa yang tidak menyukai sekolah dan berada di belakang kelas. Apa pun situasinya, cari kesamaan yang Anda bagikan dengan setiap siswa, keduanya dalam tantangan dan kemenangan mereka. Mampu berempati dengan apa yang mereka alami di luar perawatan Anda akan membantu Anda menjadi lebih peduli dan berbelas kasih terhadap mereka saat mereka berada dalam tanggung jawab Anda. Siswa pada usia ini sedang membentuk jati diri dan rindu untuk dilihat dan dikenal. Menunjukkan empati kepada mereka sebagai individu akan membantu mereka mengatasi tantangan dan membentuk citra diri yang sehat.



Membagikan

3-5 menit

Sejauh ini kita telah mengeksplorasi kepedulian dan bagaimana hal itu berhubungan dengan perawatan diri dan rasa syukur. Minggu ini fokus kita beralih ke empati. Ini bisa menjadi konsep yang sulit untuk dijelaskan dan didefinisikan. Untuk membantu kita lebih memahami konsep yang rumit ini, mari jelajahi perbedaan antara simpati dan empati.

Simpati adalah perasaan kasihan atau kesedihan untuk orang lain. Apa salah satu contoh saat Anda merasa kasihan terhadap orang lain?



Mengilhami

3-5 menit

Empati melampaui perasaan kasihan atau kesedihan ini. Anda tidak hanya merasa kasihan pada seseorang dan situasinya. Anda dapat benar-benar memahami emosi orang lain dan melihat sesuatu dari sudut pandang mereka. Mari kita bekerja sama untuk menjelajahi seperti apa ini:

Tutup mata Anda dan bayangkan skenario berikut:

Miriam bangun setiap pagi pukul 6:30 untuk mengejar bus. Jika dia terlambat, dia harus berjalan sejauh 2 mil ke sekolah karena ayahnya berangkat kerja sebelum dia bangun. Hari ini dia terlambat 15 menit dan harus mulai berjalan. Dia membuka pintu dan dia disambut dengan embusan angin dingin dan beberapa kepingan salju. Dia tersenyum.

Oke, sekarang tempatkan diri Anda pada posisinya.

Apa yang mungkin dia rasakan, pikirkan, dan alami? Pastikan ini bukan perasaan Anda tetapi miliknya. Dia menyukai salju dan bersemangat untuk berjalan di dalamnya pagi ini. Anda, bagaimanapun, mungkin mengerutkan kening pada pemikiran itu!

Kemampuan Anda untuk memahami perasaan dan lihat ini dari sudut pandangnya meskipun mungkin berbeda dari sudut pandang Anda adalah empati. Anda dapat terhubung dengannya secara pribadi; mungkin Anda pernah terlambat sebelumnya, harus berjalan ke suatu tempat, atau terjebak dalam badai salju. Anda menemukan titik temu dan itu meningkatkan empati Anda.



Memberdayakan

15 menit

Jelaskan bahwa kelas sekarang akan memainkan permainan untuk berlatih menggunakan empati. Tekankan bahwa beberapa situasi lebih mudah bagi kita untuk berempati karena kita pernah mengalami hal serupa. Contoh sederhana mungkin terlambat masuk kelas. Sebagian besar dari kita pernah mengalami hal ini pada satu waktu atau lainnya. Anda dapat dengan mudah menggunakan empati untuk menempatkan diri Anda pada posisi siswa yang terlambat!

Cara bermain:

Identifikasi satu sisi kelas sebagai "ya" dan sisi lainnya sebagai "tidak". Jelaskan bahwa Anda akan membacakan skenario tentang anak-anak lain dengan lantang. Setiap siswa akan memejamkan mata dan berusaha untuk berempati dengan orang tersebut. Jika mereka dapat dengan mudah memahami emosi orang itu dan melihat sesuatu dari sudut pandang mereka, mereka berjalan ke sisi ruangan yang "ya".

Jika Anda memilih sisi "ya", bersiaplah untuk menjelaskan alasan Anda. Bagaimana Anda bisa berempati? Hubungan apa yang Anda miliki dengan situasi orang itu?

Jika Anda memilih sisi "tidak", bersiaplah untuk mengeksplorasi kemungkinan titik temu yang mungkin tidak terpikirkan sebelumnya.

Catatan: Jika siswa mengatakan bahwa mereka tidak dapat berempati dengan skenario tersebut, tantang mereka untuk menemukan titik temu. Jika kita benar-benar memikirkannya, kita biasanya dapat menemukan kesamaan!

Skenario:

- Seorang anak laki-laki pulang dan menemukan pintu terkunci. Tidak ada orang di rumah dan teleponnya mati. Tetangganya tidak membukakan pintu dan dia tidak tahu di mana keluarganya.
- Dua anak menemukan diri mereka tersesat di hutan. Mereka memancing di danau dan tidak memperhatikan ke mana mereka berkeliaran. Hari semakin gelap dan suhu turun dengan cepat.
- Seorang anak berusia 12 tahun senang menjadi "bayi" dalam keluarga dan baru mengetahui bahwa orang tuanya sedang mengandung.
- Sebuah keluarga baru tahu bahwa mereka harus pindah minggu depan untuk pekerjaan baru. Anak-anak harus pindah sekolah dan sekarang sudah bulan Februari.



Mencerminkan

5-7 menit

Sebagai kelas, diskusikan pentingnya empati dan bagaimana hal itu membantu kita merawat orang lain baik di komunitas kita maupun dalam skala yang lebih besar (nasional, dunia, dll.).

Minggu ini, cobalah untuk menggunakan empati dengan orang-orang yang biasanya tidak bergaul dengan Anda. Apa kesamaan Anda dengan gadis yang duduk di sebelah Anda di kelas? Anak laki-laki di lingkungan Anda? Keluarga di ujung jalan?