

Premuroso

Questa è la 4a settimana nell'unità Caring. Gli studenti si concentreranno sulla compassione come progressione naturale della cura una volta identificata l'empatia.

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



Empatia + compassione

Questa è la 4a settimana nell'unità di cura. Gli studenti si concentreranno sulla compassione come progressione naturale della cura una volta identificata l'empatia.

(Vedere pagina 2 per i dettagli della lezione.)

Mini lezioni

Per piccoli gruppi
15 minuti



Analisi della compassione

Discussione in piccoli gruppi: in che modo la nostra classe mostra compassione reciproca? Come potremmo fare di meglio? Condividi le risposte del tuo piccolo gruppo con la classe.

Per i partner
15 minuti



Compassione Haiku

Con il tuo partner, crea compassione haiku. Promemoria: un haiku è una poesia di 3 versi con 5 sillabe sulla prima e terza riga e 7 sillabe sulla seconda riga. Assicurati che la tua poesia si colleghi al sentimento che provi quando dai o ricevi compassione. (Esempio: ascolta gli altri, sono sempre qui per te, parlato dal cuore.)

Per gli individui
15 minuti



Condividere la compassione

Crea una carta edificante per un anziano nella tua comunità. Incorpora parole gentili, gratitudine e compassione attraverso parole e immagini. Cerca di trovare un momento per incontrarli e conoscerli prima di creare questa carta (se possibile). Ciò che condividono con te influenzerà sicuramente ciò su cui ti concentri e includi e avrà un impatto maggiore rispetto a un messaggio non personalizzato.

Incentrato sulla tecnologia
15 minuti



Analisi del film

Discussione di gruppo: ripensa a un film che hai visto di recente e rispondi alle seguenti domande: come è stata dimostrata la compassione? Era realistico? Perché o perché no? Come avrebbero potuto i personaggi aumentare il loro compassione per gli altri?

Empatia + compassione

Questa è la 4a settimana nell'unità Caring. Gli studenti si concentreranno sulla compassione come progressione naturale della cura una volta identificata l'empatia.

Orario della lezione

30 minuti

Materiali richiesti

- ❑ Proiettore per immagini
- ❑ Immagini (vedi sotto)

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 necessità di un approccio combinato di compassione ed empatia quando si aiutano gli altri.
- Esamina i presupposti comuni quando analizzi le situazioni utilizzando solo approcci a livello di superficie.

Connessione insegnante / cura di sé

Nella nostra Caring Unit l'emozione fondamentale è la compassione, che è il desiderio di aiutare chi è nel bisogno. In che modo i tuoi studenti hanno bisogno di te oggi? In che modo i tuoi colleghi hanno bisogno di te? In che modo puoi mostrare compassione pur mantenendo i confini professionali e personali? Ricorda che essere compassionevoli non significa che sei responsabile della risoluzione dei problemi di tutti. Non puoi cambiare la vita familiare di uno studente. Non puoi migliorare magicamente le capacità di gestione della classe di un altro insegnante. Cosa puoi fare per mostrare compassione, allora, quando vedi gli altri che lottano? Puoi fornire un ambiente di classe stabile e sano affinché gli studenti possano prosperare mentre sono sotto la tua cura. Puoi offrire strategie, se richiesto, per aiutare il tuo collega ad apportare piccoli cambiamenti positivi nella gestione della classe. La compassione consiste nell'aiutare dove puoi e nell'essere di supporto pur riconoscendo che non tutti i problemi sono tuoi da risolvere. Essere presenti, ascoltare, entrare in empatia e agire quando possibile sono buoni passi per mostrare compassione verso i tuoi studenti e colleghi.

**Condividere**

3-5 minuti

Siamo arrivati alla nostra ultima settimana nella nostra unità di assistenza. Abbiamo esplorato la cura di sé, la gratitudine e l'empatia. L'ultima componente è la compassione. A questo punto della nostra vita, abbiamo già sentito questo termine; tuttavia, la nostra definizione personale è stata sicuramente modellata dalle nostre esperienze di vita.

Come definiresti la compassione? (Invita gli studenti a rispondere).

Sì, tutte queste risposte indicano un terreno comune di gentilezza. La compassione è definita come provare empatia e voler aiutare un altro bisognoso.



Ispirare

3-5 minuti

La compassione è spesso l'estensione naturale dopo l'empatia. È l'azione che segue la connessione emotiva che stabiliamo.

Ora, pensa a un momento in cui sei stato in grado sia di mostrare empatia che di dimostrare compassione. Condividi la tua risposta con un vicino. (Consenti a diversi volontari di condividere il loro esempio con tutta la classe se il tempo lo permette.)

C'è un livello di cautela che deve essere notato qui. La compassione senza la presenza dell'empatia spesso non viene accolta in modo positivo. Sebbene le tue intenzioni siano positive, senza la combinazione dei due (empatia e compassione), l'altra persona potrebbe offendersi per le tue azioni. Ripensiamo all'esempio del test di matematica della scorsa settimana. Saresti stato entusiasta di quella C che il tuo amico ha ricevuto. Non ti fermi e ti prendi il tempo per usare l'empatia per capire come potrebbero sentirsi in base alla loro prospettiva, ma invece presumi che abbiano difficoltà con la matematica come fai tu. Ti congratuli immediatamente con loro, gli dai una pacca sulla spalla e li inviti a unirsi a te e al tuo tutor nella tua prossima sessione in modo che possano ottenere un punteggio ancora più alto la prossima volta. Quale potrebbe essere la loro risposta questa volta? Come potrebbero reagire quando presumi che si sentano esattamente come ti senti tu? Ti è mai successo?

Ricorda, la vera empatia non può verificarsi facendo supposizioni. Devi impegnarti con l'altra persona quando possibile prima di passare alla componente di azione connessa con la compassione. Non puoi aspettarti di metterti nei panni di qualcun altro senza prima sapere come vedono l'argomento in questione!



Potenziare

15 minuti

Spiega che la classe ora esplorerà la combinazione necessaria tra empatia e compassione mentre esaminano scenari difficili all'interno della storia e le possibili risposte che altri potrebbero avere sia con che senza empatia. Ricorda, la compassione senza empatia non è sempre positiva!

Usando le immagini fornite, guida una discussione su quanto segue:

- cosa vedi qui?
- Qual è la tua prima idea per "aiutare" questa persona o le persone?
- Come potrebbero reagire?
- Ora fermati e pensa a come si sentono veramente. Qual è il loro obiettivo? Di cosa hanno bisogno *dalla loro prospettiva*?
- Come cambierebbe ora il tuo approccio per aiutarli?

Immagine n. 1: una donna e i suoi figli durante la Grande Depressione

- I presupposti comuni potrebbero includere che sta morendo di fame e ha bisogno di un'elemosina di cibo.
- Incoraggia gli studenti a guardare oltre la loro comprensione e l'esposizione alla Grande Depressione (che spesso si concentra sulla

mancanza di cibo). A cos'altro potrebbe pensare? Come potrebbe sentirsi riguardo a quell'elemosina di cibo? La aiuterà davvero a lungo termine?

- Altri riprendono la foto: suo marito è appena partito per lavoro e lei è triste nel vederlo andarsene, ha finalmente trovato un lavoro e sta riflettendo sull'assistenza all'infanzia, ha appena saputo che un membro della famiglia ha avuto una grave malattia, ecc.
- Incoraggia le soluzioni che implicano una conversazione con la persona o le persone PRIMA. Non puoi provare la vera empatia dai giudizi iniziali e dalla conversazione zero!

Immagine n. 2: Ragazzo con scarpe nuove

- I presupposti comuni potrebbero includere che avesse un disperato bisogno di scarpe nuove e denaro per le altre aree della sua vita che potrebbero essere difficili per lui.
- Incoraggia gli studenti a guardare oltre ciò che possono vedere e scavare più a fondo. Che espressione ha sul viso? Che emozione sta trasmettendo? A cos'altro potrebbe pensare mentre tiene in mano queste scarpe? Se gli dai dei soldi e lui non vede la sua vita come una lotta, come potrebbe reagire?
- Altro riprende la foto: queste scarpe sono un regalo che sta facendo a un altro bambino del suo quartiere che è a piedi nudi, le scarpe rappresentano la salute del fratello maggiore che prima non poteva camminare, le scarpe rappresentano la prima vendita di suo padre come calzolaio , eccetera.
- Incoraggia le soluzioni che implicano una conversazione con questo bambino!



Riflettere

5-7 minuti

Come classe, discutete le sfide della pausa per trovare l'empatia PRIMA di rispondere con compassione.

- Perché è difficile aspettare quando la nostra prima risposta è FARE QUALCOSA?
- In che modo una conversazione con l'altra persona o le altre persone potrebbe cambiare il mio approccio compassionevole?

Quando entri veramente in empatia con qualcuno, ci vuole coraggio per seguirlo e aiutarlo a superare la sua situazione. La tua compassione potrebbe essere il punto di svolta positivo in una situazione davvero difficile!

Immagine n. 1: Madre in Grande Depressione

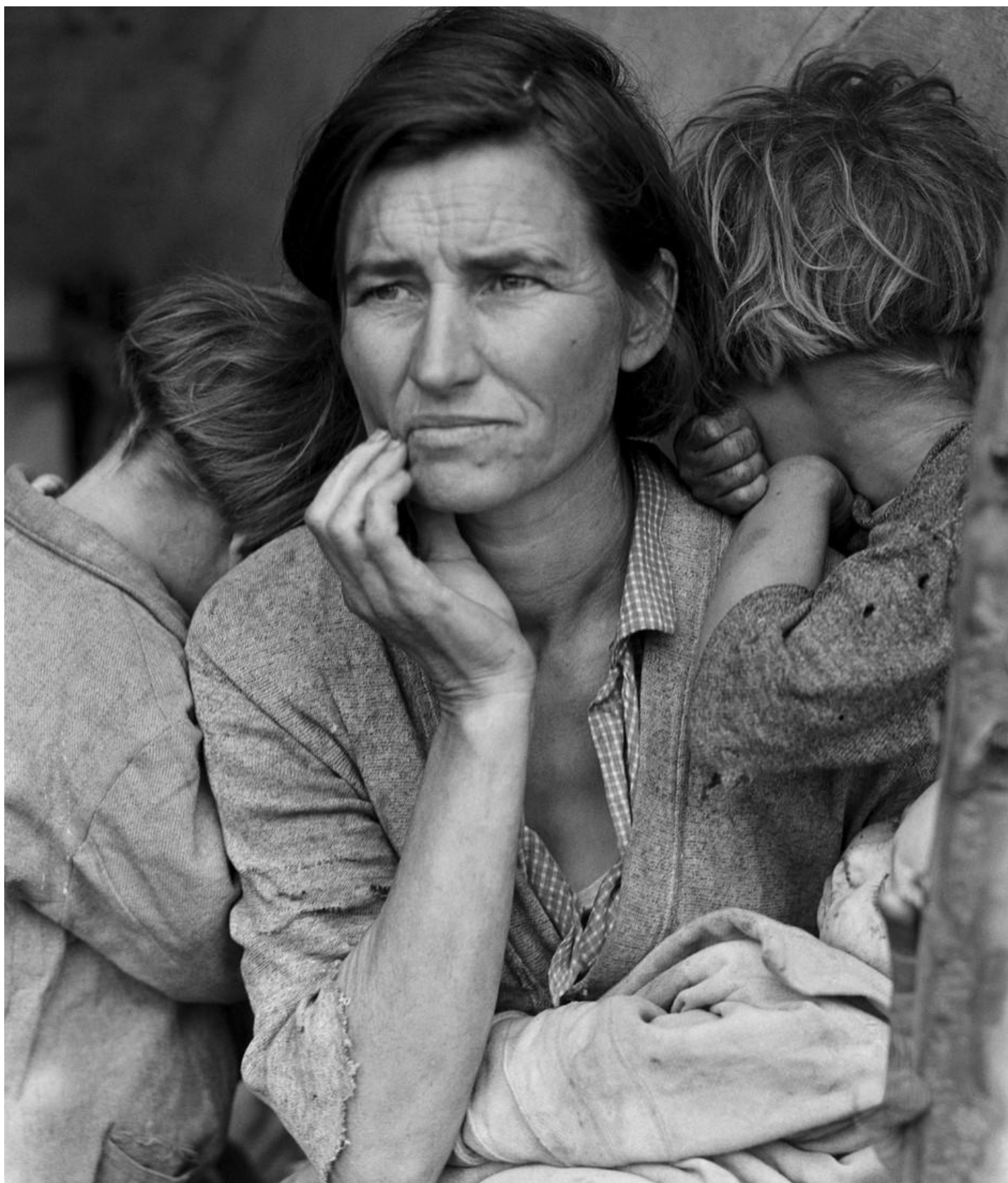


Immagine n. 2: Ragazzo con scarpe nuove

