

Cuidadoso

Esta é a 3ª semana na unidade de cuidados. Os alunos se concentrarão na empatia e em encontrar um terreno comum com os outros, independentemente de sua origem e localização.

Comece a unidade com toda a aula e tente concluir pelo menos duas das miniaulas com seus alunos durante a semana. Cada mini lição é projetada para apresentar elementos da lição principal de maneiras novas e envolventes.

Lição principal

Lição da classe inteira
30 minutos



Escolha sua empatia

Esta é a 3ª semana na unidade de cuidados. Os alunos se concentrarão na empatia e em encontrar um terreno comum com os outros, independentemente de sua origem e localização. *(Veja a página 2 para detalhes da lição.)*

Miniaulas

Para Grupos Pequenos
15 minutos



Lutas Comuns

Divida a classe em grupos de 6-8. Com seu pequeno grupo, selecione um cenário comum que outros adolescentes vivenciam em todo o mundo, independentemente de dinheiro, ambiente, etc. Escreva sua ideia e liste 3 detalhes de apoio para respaldar sua resposta. Compartilhe seu terreno comum com o grande grupo.

Para Parceiros
15 minutos



Terreno Comum

Peça aos alunos que façam parceria com alguém de quem não são amigos ou não conhecem muito bem. Crie uma lista com seu parceiro destacando 10 coisas que vocês têm em comum. Você **NÃO** pode incluir atributos óbvios, como aparência, grau, gênero, etc. Vá mais fundo!

Para indivíduos
15 minutos



Bem-vindo a casa

Crie um banner de boas-vindas para um veterano voltando para casa em sua comunidade. Fale com seu VFW local para obter mais informações sobre quando eles podem chegar e como entregar seu banner. Você também pode criar um banner de boas-vindas para todos os veteranos do Vietnã que não receberam um feliz retorno.

Focado em tecnologia
15 minutos



Conscientização Estendida

Divida em pequenos grupos. Identifique uma campanha recente que você ficou ciente de através da tecnologia especificamente. Os exemplos podem incluir direitos dos animais, falta de moradia, bullying, etc. Como a tecnologia ajudou você a se conscientizar e como você pode usar a tecnologia para AGIR e AJUDAR a espalhar a conscientização agora que você sabe?

Escolha sua empatia

Esta é a 3ª semana na unidade de cuidados. Os alunos se concentrarão na empatia e em encontrar um terreno comum com os outros, independentemente de sua origem e localização.

Horário da Aula

30 minutos

Materiais requeridos

- ❑ Nenhum material é necessário para esta lição

Mapa de Padrões

Esta lição está de acordo com as Competências CASEL, Padrões Nacionais de Educação em Saúde, Padrões da Sociedade Internacional de Tecnologia em Educação, quando aplicável, e Padrões Estaduais Comuns. Por favor, consulte o [Mapa de Padrões](#) Para maiores informações.

Objetivo da lição

Os alunos irão:

- Explore a diferença entre simpatia e empatia.
- Desenvolva uma compreensão da empatia conforme ela se aplica a eles pessoalmente.
- Pratique a empatia em uma variedade de cenários ao longo de sua rotina diária.

Conexão com o professor/autocuidado

Cada aluno com quem você trabalha é único. Talvez você trabalhe com alunos que vêm de origens desafiadoras. Talvez você trabalhe com alunos que têm lares muito estáveis e amorosos. Talvez você trabalhe com alunos que estão em um orfanato ou que moram com parentes ou são sem-teto. Talvez você trabalhe com alunos que amam a escola e se saem bem. Talvez você trabalhe com alunos que não gostam da escola e estão atrasados na série. Seja qual for a situação, procure o terreno comum que você compartilha com cada aluno, tanto em seus desafios quanto em seus triunfos. Ser capaz de simpatizar com o que eles estão passando fora de seus cuidados ajudará você a ser mais atencioso e compassivo com eles quando estiverem sob sua responsabilidade. Os alunos dessa idade estão formando suas identidades e desejam ser vistos e conhecidos. Mostrar empatia por eles como indivíduos ajudará muito a lidar com os desafios e a formar auto-imagens saudáveis.



Compartilhar

3-5 minutos

Estamos na metade de nossa unidade sobre cuidar e abordamos o autocuidado e a gratidão. Nesta semana, nosso foco é a empatia, o que isso significa e como podemos realmente aproveitá-la em nossas vidas diárias.

Como você acha que simpatia e empatia diferem uma da outra?



Inspirar

15 minutos

A palavra empatia costuma ser usada levianamente, mas muitas pessoas lutam para realmente defini-la por si mesmas. Uma maneira de ajudar a si mesmo a criar esse entendimento pessoal é observar a diferença entre os dois conceitos que são frequentemente trocados, mas têm significados muito diferentes: simpatia e empatia.

A simpatia é definida como sentir pena ou tristeza pela situação de outra pessoa. Bebês de um ano mostram isso aos pais ou irmãos quando se machucam. Você os vê correndo até a pessoa com uma cara triste, oferecendo-lhe um abraço e um pouco de amor porque reconhecem sua dor. No entanto, há uma grande diferença entre sentir pena de alguém e realmente entender como eles se sentem.

A empatia é a capacidade de entender verdadeiramente as emoções de outra pessoa e olhar as coisas de sua perspectiva. Somos capazes de nos colocar no lugar deles e sentir o que eles sentem, ver o que eles veem e, por fim, entender a situação do ponto de vista deles. Muitas vezes sentimos que esse conceito é fácil quando tivemos uma situação semelhante (ou até exatamente a mesma!) Ocorreu em nossas vidas. Embora isso seja um tanto preciso, a verdadeira empatia nos leva a ver as coisas da perspectiva da outra pessoa, que é o verdadeiro desafio. A forma como você interpreta uma situação pode (e geralmente é) muito diferente das outras pessoas ao seu redor.

Vamos explorar esta situação com uma atividade comum que todos nós já experimentamos na escola:

- Feche os olhos e imagine que acabei de anunciar que hoje teremos uma assembleia durante a aula. Partiremos nos próximos 3 minutos.
- Ok, abra os olhos.
- Levante a mão se você se sentir animado com essa mudança repentina.
- Levante-se se você se sentir chateado/ansioso com essa mudança repentina.
- Permaneça sentado se você se sentir incomodado com essa mudança repentina.
- Agora todos olhem ao seu redor; há uma variedade de respostas para a situação exata. Todos nós já experimentamos uma assembleia em algum momento. No entanto, o tipo de assembleia, o tema da assembleia e nossas preferências pessoais influenciam nossa perspectiva sobre a atividade. Quando você está realmente mostrando empatia, seu primeiro pensamento é se colocar no lugar da outra pessoa com base no que ela pode estar sentindo em relação à situação. Observar a linguagem corporal, as expressões faciais e o tom das palavras que eles usam podem ajudá-lo a ter empatia.



Empoderamento

15 minutos

Explique que a classe agora praticará a exibição de empatia usando as habilidades acima. O professor lerá duas situações em voz alta. Cada aluno

deve escolher a situação com a qual pode ter mais empatia. Selecione vários alunos para compartilhar os motivos de sua escolha após cada rodada.

Instruções:

- Divida a sala em Cenário A (frente) e Cenário B (atrás).
- Explique que você lerá duas situações em voz alta. Cada aluno deve considerar com qual situação pode ter mais empatia.
- Depois de tomar sua decisão, cada aluno deve caminhar até a área correspondente da sala.
- Repita 3-5 vezes e certifique-se de que cada aluno explique sua escolha pelo menos uma vez.

Cenários:

- Chegar atrasado à escola vs. perder o ônibus escolar
- Esquecer o almoço vs. esquecer o dever de casa
- Ser intimidado versus ser ignorado
- Falhar em um teste vs. não saber a resposta quando chamado
- Caminhar sozinho para casa e alguém está seguindo você versus ficar sozinho em casa e um estranho bate na porta



refletir

5-7 minutos

Os cenários escolhidos hoje são situações da vida real que podem acontecer e acontecem todos os dias com alunos da sétima série como você. É extremamente importante reservar um tempo para considerar a outra pessoa antes de compartilhar sua compreensão da experiência dela.

- O que pode acontecer se você não pensar na perspectiva da outra pessoa antes de compartilhar sua compreensão?
- Como ser mais cauteloso ao demonstrar empatia?

Lembre-se, alguns tópicos causam pânico enquanto outros ficam entusiasmados com eles. No entanto, o inverso pode ser verdadeiro e você pode acidentalmente ofendê-los com sua reação positiva a uma situação que lhes causou muita ansiedade!