

Vad skulle du göra?

Den här lektionen hjälper eleverna att förstå empati och hur man aktiverar den i vardagliga situationer både i skolan och hemma genom en scenariodiskussionsaktivitet. Beroende på dina elever och den tilldelade tiden kan denna aktivitet anpassas för att passa dina behov; eleverna kan arbeta i små grupper eller i stora grupper, välja att prata, skriva och presentera sina idéer eller använda rollspel istället. Eleverna kunde arbeta självständigt med sina svar och sedan tänka, para ihop, dela. Det finns många sätt att arbeta igenom de situationer som presenteras i det avslutande arbetsbladet. Observera att det ges mer tid till slutet av den här lektionen (Empower and Wrap Up) så planera din tid därefter.

Omtänksam Underkoncept

Medkänsla, empati, vänlighet

Lektionens tidsram

45 minuter

Nödvändigt material

- ☐ Vad är det snälla att göra?
Arbetsblad

Standardkarta

Den här lektionen överensstämmer med CASEL-kompetenser, nationella hälsoutbildningsstandards och gemensamma centrala statliga standarder. Vänligen se [Standardkarta](#) för mer information.



DESIGNERAD AV CASEL
SOM ETT REKOMMENDERAT PROGRAM
FÖR SOCIALT OCH EMOTIONELLT LÄRANDE.
Se sista sidan för detaljer.

Lektionens mål

Eleverna kommer att:

- Förstå definitionen av empati.
- Reflektera över hypotetiska situationer som utlöser empati och formulera ett svar.

Läraranslutning/Självvård

Medkänsla och empati går hand i hand. När du upplever den där medkänslan kan du ofta uttrycka empati samtidigt. Förra veckan fokuserade vi på att uppmärksamma det som ofta glöms bort i ditt samhälle. Den här veckan går utmaningen ännu djupare. Välj en person i ditt samhälle att känna empati med och placera dig själv i deras skor för en dag. Hur är deras dag? Vilka kamper kan de stöta på? Vad kan vara höjdpunkten på deras dag? Om möjligt, försök att leva en dag som de skulle. Om detta inte är möjligt, försök att visualisera dagen eller skriva en journal om den. Medkänsla får oss att känna känslor. Men sann empati tillåter oss att placera oss själva i den andra personens plats, med deras toppar och dalar, deras kamp och deras firanden. Denna enkla övning kan hjälpa dig att lättare öva empati med alla olika människor både lokalt och internationellt.

Tips för olika elever

- Att göra anteckningar eller göra en presentation kan vara en utmaning för vissa elever; för att säkerställa att alla elever är i en situation där de kan maximera sitt deltagande och engagemang, kanske du vill förbereda grupperna.
- Läs varje scenario högt först innan du delar upp grupperna för att säkerställa att de hörs korrekt och tydligt.
- Cirkulera rummet medan grupperna arbetar för att säkerställa inkludering av alla medlemmar.



Dela med sig

3-5 minuter

I vår senaste lektion pratade vi om hur vi kan visa medkänsla och bry oss om andra människor. Vi skrev brev till oss själva som beskriver hur vi kan ta hand om andra i vårt samhälle. Du kommer att få tillbaka dessa brev någon gång när du inte förväntar dig det och jag hoppas att de påminner dig om vilken inverkan du kan ha när du bryr dig om andra människor!

Tänk en minut på vem som bryr sig om dig. Ring upp namnet på någon som bryr sig om dig; gå!

Det här blir lite högt och kaotiskt men det är kul att fylla luften med ljudet av barn som erkänner dem som bryr sig om dem. Om det blir problem att återta kontrollen efter cirka 30 sekunder till 1 minuts utrop, be eleverna göra detta på ett mer organiserat sätt.



Inspirera

3-5 minuter

Det var verkligen givande att höra om alla människor som bryr sig om oss. Vi har precis fyllt luften med namn på människor som bryr sig! är inte det coolt?

Nu, i lektion #2 där vi pratade om saker vi kunde göra för att "ge fem" till någon annan, för att hjälpa någon annan att hantera stress och hjälpa dem att hantera ett problem, nämnde jag ordet empati. Är det någon som har någon aning om vad detta ord betyder?

Bjud in elevsvar.

Empati innebär att vi kan förstå en annan persons känslor eller synvinkel eftersom vi har haft samma eller liknande upplevelse. Så, till exempel, om någon av er bryter armen kan jag känna empati eller förstå din smärta och frustration eftersom jag också har brutit min arm. Ändra gärna detta exempel så att det är sant för dig.

När vi har empati för en annan person, kan vi genuint svara på deras känslor och känslor på ett sätt som gör att personen känner sig hörd och förstådd.

Empati kan också fungera i tider av spänning och glädje! Om du ska åka på en speciell resa till Disney World, till exempel, kan jag känna empati eller förstå din upphetsning eftersom jag har varit i Disney World och jag vet hur fantastiskt det är. Jag kan känna mig exalterad för din skull eftersom jag vet allt roligt du kommer att ha.

Empati är en riktigt kraftfull känsla.



Bemyndiga

7-10 minuter

Ok, nu ska ni dela upp i sex olika grupper. Varje grupp får ett scenario att läsa och sedan svara på frågorna. När alla grupper är klara kommer vi att samlas som en stor grupp för att titta på varje scenario och din grupps svar på det. Så du bör välja en läsare, en anteckningstagare och minst en presentatör.

Du kan låta eleverna göra anteckningar på anteckningsbokpapper, på sitt scenarioblad eller på ett stort anteckningsblock som de kan hänga upp bakom sig på tavlan som en minivisuell presentation.

Använd "Vad är snällt att göra?" arbetsblad medföljer nedan. Ge eleverna cirka 10 minuter på sig att läsa sitt scenario och prata igenom sina svar.



Reflektera

5 minuter

Ta tid för varje grupp att presentera. Detta kan vara i slutet av dagen som en del av strategin för att avsluta eller avsluta biljetten. Vid presentation kan eleverna tjäna en utresebiljett.

Se till att lyfta fram empati i diskussionen; Varje scenario frågar eleverna om de har varit i en liknande situation. Fråga: "Hur kändes det? Vad gjorde skillnad för dig?" Öppna detta för andra i den större gruppen.



Förlängningsidéer

- Eleverna kunde rollspela idéerna på scenariokorten (istället för att presentera), eller så kunde de rollspela och sedan låta en elev i gruppen ställa frågor till publiken eller förklara sin tolkning.
- Eleverna kan skriva andra scenarier som de ser eller har upplevt och du kan spara dem för framtida rollspel, journaluppmaningar och allmän konceptförstärkning.
- Dela-sektionen skulle kunna omvandlas till en "Web of Caring" där eleverna, istället för att alla skriker ut på en gång, står i en cirkel, en person håller i ett garnnystan. När den eleven säger namnet på en person som bryr sig om honom/henne, slänger han/hon garnet till en annan person som säger namnet på någon som bryr sig om dem. De håller sin bit av garnet och slänger den sedan till en annan person som gör samma sak. Detta fortsätter tills alla har talat och det finns en stor väv av omtanke kvar!



DESIGNERAD AV CASEL
SOM ETT
REKOMMENDERAT
PROGRAM FÖR SOCIALT
OCH EMOTIONELLT
LÄRANDE.

Samarbetet för akademiskt, socialt och emotionellt lärande (CASEL) har granskat evidensbaserade SEL-program sedan 2003. Kindness in the Classroom® uppfyller CASELs SELECT-program och ingår i CASEL Guide till effektiva sociala och känslomässiga lärandeprogram.

Kindness in the Classroom® uppfyllde eller överträffade alla CASELs kriterier för högkvalitativ SEL-programmering. Kindness in the Classroom® fick CASELs högsta beteckning för högkvalitativ SEL-programmering.

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

Vad är snällt att göra?

<p>Scenario 1:</p> <p>Melissa, Joe och Christina gillar inte att göra sysslor hemma. När deras föräldrar ber dem att ta ut soporna och ta med hunden på en promenad, klagar de och vill inte hjälpa till.</p> <ul style="list-style-type: none">• Hur kan barnen visa omsorg och respekt mot sina föräldrar? Hur skulle du svara i den här situationen?• Ibland gör vi inte det rätta även om vi vet att vi borde. Varför inte?• Vad kan du göra för att svara dina föräldrar på ett sätt som du och de skulle vilja?	<p>Scenario 2:</p> <p>Alicia är verkligen exalterad över en ny kjol. När hon bär den till skolan nästa dag, gör några tjejer narr av den. Monique är Alicias bästa vän och ser flickorna göra narr av Alicia.</p> <ul style="list-style-type: none">• Hur kan Monique visa omsorg och respekt för Alicia?• Hur skulle du svara om du var Monique? Om du var Alicia? Har du någonsin varit i den här situationen?• Vad kan du göra för att stå upp för dina vänner på ett sätt som är omtänksamt och respektfullt?
<p>Scenario 3:</p> <p>Gwens yngre syster, Isabel, vill leka med Gwen hela tiden. När Gwens vänner kommer över lämnar Isabel dem inte ifred, och Gwen blir väldigt irriterad.</p> <ul style="list-style-type: none">• Hur kan Gwen vara snäll mot Isabel?• Hur skulle du svara om du var Gwen? Om du var Isabel? Har du någonsin varit i den här situationen?• Hur kunde du vara mer tålmodig och inkluderande med dina syskon eller med vänner?	<p>Scenario 4:</p> <p>Mrs. Martinez gör alltid snälla saker för barnen i grannskapet; speciellt för Josie och hennes vänner. Hon bakar kakor åt dem, hämtar dem efter skolan när deras föräldrar jobbar och lyssnar när de har problem.</p> <ul style="list-style-type: none">• Hur kan Josie och hennes vänner visa tacksamhet mot Mrs. Martinez?• Har du någonsin varit i en liknande situation som Josie och hennes vänner? Vad gjorde du?• På vilka sätt kan vi vara tacksamma mot andra när de gör snälla saker för oss?
<p>Scenario 5:</p> <p>Michael går i 4:an på din skola. Han petar och stör hela tiden andra barn i klassen, är respektlös mot läraren och är en klassclown. Eleverna har svårt att koncentrera sig och vill att Michael ska sluta men är rädda för honom. Antonio är hans bästa vän och bestämmer sig för att prata med honom om problemen.</p> <ul style="list-style-type: none">• Vilka är några respektfulla sätt som Antonio kan prata med Michael om hur han agerar?• Hur skulle du svara om du var Antonio? Om du var Michael? Har du någonsin varit i den här situationen?• Det kan vara frestande att behandla Michael på samma sätt som han behandlar andra. Hur kan du vara snäll även när det kan vara svårt att göra det?	<p>Scenario 6:</p> <p>Eric spelar i ett basebollag från Little League och gillar inte allt skräp som folk lämnar på basebollplanen efter matcherna.</p> <ul style="list-style-type: none">• Vad kan Eric och hans vänner göra för att hjälpa till med sopproblemet på basebollplanen?• Hur skulle du svara om du var Eric och hans vänner? Har du någonsin sett ett problem som detta och inte visste exakt vad du skulle göra?• Vi tar oss inte alltid tid att ta reda på vad vi kan göra för att lösa stora problem. Vad hindrar oss från att göra det?