

Ord moln av omsorg

Den här lektionen låter eleverna definiera rykten och skvaller och utforska hur de upplever dessa i sin vardag. Lektionen ger eleverna en möjlighet att föra en bra diskussion om vad rykten och skvaller är, hur de känner sig när de är engagerade i den typen av prat och hur de kan stå upp för sig själva och andra på ett självsäkert men ändå omtänksamt och respektfullt sätt. Den avslutande aktiviteten ger eleverna en chans att bekräfta varandra på ett sätt som påminner dem om deras specialitet och anknytning, vilket förhoppningsvis kommer att hjälpa barnen att tänka två gånger innan de sprider skvaller eller rykten om sina klasskamrater.

Omtänksam Underkoncept
Medkänsla, empati, vänlighet

Lektionens tidsram
35-40 minuter

Nödvändigt material

- ☐ PBS Gossip and Rumours-klipp: <https://www.youtube.com/watch?v=98SChJzflD4>
- ☐ Ark med vitt papper (gärna kartong eller byggpapper; något som håller) - ett för varje elev
- ☐ Sax
- ☐ Skrivredskap
- ☐ Snöre för att hänga upp moln (om så önskas)

Standardkarta

Den här lektionen överensstämmer med CASEL-kompetenser, nationella hälsoutbildningsstandarder 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:

- Identifiera rykten och skvaller.
- Reflektera över hur de kan reagera när de hör information som är osann eller ovänlig.

Läraranslutning/Självvård

I den första delen pratade vi om vikten av självrespekt som en byggsten för respekt i vår värld. Detta enheter fokus ligger på Caring, som inkluderar medkänsla, hjälpsamhet, tacksamhet och empati. Omsorg definieras som att känna och visa omtanke om dig själv och andra. Med denna definition i åtanke, försök att utvärdera hur du bryr dig om dig själv.

Self-Care är ett viktigt verktyg för att säkerställa att vi har tid att starta om. Det är inte självviskt att ge tid varje dag för att bara fokusera på DIG. Vad gör du bara för dig varje dag? Om svaret är svårt att identifiera, brainstorma några idéer om hur du kan ta hand om dig själv dagligen. Om du redan har påbörjat den här processen, försök att utöka eller fördjupa din egenvård till att inkludera långsiktiga mål (som att träna eller ta en rolig lektion). Om du inte bryr dig själv, hur kan du förvänta dig att ge solid omsorg för andra?

Tips för olika elever

- Rita ett skvallerdiagram på tavlan som visar hur rykten sprids. Du kan till exempel rita streckfigurer av två personer som pratar om en tredje och vad som händer.
- Ett annat alternativ skulle vara att skapa laminerade figurer som du kan använda för att illustrera poänger under diskussionen.



Dela med sig

3-5 minuter

I den här enheten fokuserar vi på vad det innebär att bry sig eller visa omtanke om oss själva och andra. Vi kommer att titta på detta ämne till stor del genom hur vi kommunicerar med varandra. Vi kommer först att prata om ett riktigt viktigt ämne som bara kommer att bli viktigare när du blir äldre: rykten och skvaller.

Kan någon berätta för oss vad ett rykte är och vad skvaller betyder?

Låt några elever dela sina idéer med klassen. Överväg att anteckna anteckningar på whiteboardtavlan eller skriv in dem på den smarta tavlan för visuella elever.

Om du någonsin har varit en del av en grupp som sprider ett rykte eller delat skvaller, hur kändes det för dig?

Du kan få en mängd olika svar här; guidestudenter till tanken att spridning av rykten eller skvaller kan få dem att känna sig anslutna eller "coola" ett tag, men i slutändan får det oss att må dåligt eftersom vi vet att vi har behandlat en annan person dåligt.

Om du någonsin har haft ett rykte eller skvaller om dig, hur kändes det för dig?

Bra! Vi kommer att prata mer om detta under hela lektionen, men att sprida rykten eller dela skvaller är inte hur vi bryr oss om andra eller om oss själva.



Inspirera

Telefonspel

5-7 minuter

Vi ska börja med ett spel telefon. Jag vill att ni alla ska sitta i en ring. Jag kommer att välja en person att gå först och den personen kommer att tänka på en fras eller mening. Visa den frasen till personen som sitter bredvid dig. Visa det sedan till nästa person och så vidare tills den sista personen har hört frasen eller meningen. Den sista personen säger frasen eller meningen högt. Gör aktiviteten. Ställ sedan följande frågor:

- *Fråga personen som gick först om det var deras fras. Förändrades något?*
- *Varför tror du att det förändrades?*
- *Tror du att detta kan hända i verkligheten? På vilket sätt?*

Som vi såg från den här aktiviteten kan det vara lätt att få något fel när vi kommunicerar. Nu var det här ett spel så det spelade ingen roll. Men vad skulle hända om du berättade en historia för någon och de berättade för någon annan men glömde några viktiga fakta eller ändrade dem med avsikt? Hur skulle du känna dig? Det är så rykten och skvaller börjar.

Ge eleverna tid att svara.



Bemyndiga

20-25 minuter

Videoklipp och diskussion

Låt oss titta på en video om skvaller och rykten. Visa PBS Gossip and Rumours-klipp: <https://www.youtube.com/watch?v=98SChJzflD4>

Ställ sedan någon av följande frågor:

- *Var det något eleverna sa att du håller med om? Håller du inte med om något de sa?*
- *Hur jämför dessa elevers definitioner av skvaller och rykten med vår som vi diskuterade tidigare?*
- *Varför tror du att folk skvallrar om andra eller sprider rykten?*
- *När du hör skvaller eller ett rykte, hur kan du visa respekt och omsorg för den som pratar och även den som det pratas om?*
- *Vad kan du göra om du hör skvaller eller rykten? Hur kan du vara bestämd i den situationen?* Definiera assertiv.

Om du inte kan spela upp klippet: Skriv följande påståenden på tavlan eller projicera dem på en smart tavla. Public Broadcasting System skapade en video om skvaller och rykten. Vi kan inte se det idag, men jag skulle vilja förklara en del av informationen som elever i din ålder sa om skvaller och rykten i videon. Medan jag läser, fundera på om du håller med eller inte håller med påståendena:

- Skvaller är när folk pratar om andra bakom deras rygg.
- Skvaller kan vara mellan ett par personer, men behöver inte spridas.
- Skvaller är också när du säger något till någons ansikte de inte vill höra.
- Rykten kan vara sanna eller osanna och sprids av vem som helst.
- Ett rykte är när något händer och någon berättar för någon annan och när det sprids, förvandlas det till något som är felaktigt.
- Rykten sprids medvetet för att få någon i trubbel eller sår deras känslor.
- För det mesta är varken rykten eller skvaller sanna. När man funderar på vad man ska göra när man hör ett rykte eller skvaller, bör folk gå och fråga personen det talas om om det verkligen är sant. Du bör inte berätta för någon annan eftersom det förmodligen inte är sant.
- Om du hör om ett rykte och tror att det inte är sant, ignorera det eller fråga personen som sa det varför de sa det.

Använd dessa påståenden för att ha en kort gruppdiskussion.

Fortsatt på nästa sida...

Word Cloud of Care

Till denna aktivitet får alla ett ark vitt papper (gärna kartong eller byggpapper; något som håller). Låt eleverna klippa kanterna så att de blir rundade som ett fluffigt moln. Låt eleverna skriva sitt eget namn i mitten med stora bokstäver. Tillsammans ska klassen göra ett ordmoln för varandra av de positiva egenskaper de beundrar eller uppskattar hos personen vars namn står i mitten. Eleverna skickar sina ordmoln runt på en rad (så att det är organiserat) och eleverna skriver ner ett eller två ord som representerar något de respekterar eller beundrar hos personen. Genom detta påminner vi oss själva om att varje person är speciell och har positiva egenskaper. Häng ordmolnen runt i rummet eller i taket med hjälp av snöre. Uppmuntra eleverna att komma ihåg dessa moln när de hör skvaller eller rykten; de bör tänka på hur varje person betyder något och hur de kan använda dessa positiva egenskaper för att visa respekt och omtanke mot varandra.



Reflektera

5-7 minuter eller längre om du låter elever svara på en eller flera av följande frågor; dessa skulle kunna användas som gruppdiskussion också.

Skvaller och rykten kan vara mycket sårande och är ofta osanna. Om du behöver veta om ryktet är sant, fråga personen direkt. Hur många av er tror att ni kan göra det?

Be eleverna räcka upp sina händer.

Att sprida rykten och skvallra om andra är inget vänligt sätt att behandla människor. Vänlighet kommer av att behandla alla människor med respekt. Har någon några frågor?

Frivillig:

För att bedöma förståelsen av materialet, välj från antingen utvärderings- eller reflektionsfrågorna som diskussions-, skriv- eller journaluppgifter. Överväg att ge ytterligare tid för djupare utvärdering och reflektion vid behov.

Utvärderingsfrågor

- Vad är skvaller? Vad är ett rykte?
- Varför kan skvaller och rykten vara sårande?
- Vad är ett respektfullt och omtänksamt sätt att reagera på om du hör skvaller eller rykten?

Reflexion

- Skriv om en tid då du eller någon du känner skvallrade eller berättade ett rykte om dig eller någon du känner. Hur fick det dig att känna? Vad gjorde du?
- Hur kan vi stoppa folk från att sprida rykten?
- Hur kan du respektera dig själv och vara bestämd om någon berättar ett rykte om dig?



Förlängningsidéer

- Gör ett rollspel (eller skicka hem för att göra med föräldrar/vårdnadshavare) utspela situationer inför klassen. Här är några alternativ:
 - Brian kommer fram till dig i rasten och säger att han hört att din vän Dax fortfarande sover med gosedjur och filt. Sedan skrattar Brian. Vad gör du?
 - Sami sitter bakom dig på lunchen. Du hör henne luta sig fram till Maya, som sitter bredvid henne, och viska något om din outfit (som var helt ny och som du hade köpt för dina födelsedagspengar). Vad gör du?
- Låt eleverna göra svarsaffischer för att förmedla ord och strategier som de kan använda när de konfronteras med rykten eller skvaller. Häng dessa runt om i rummet för konstant förstärkning.



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/>