

Una ciotola di compassione

Questa lezione si concentra sulla cura attraverso l'atto di compassione. Agli studenti verrà presentata una serie di scenari difficili e sorprendenti e poi parleranno di cosa potrebbero fare in quella situazione.

Sottotitoli premurosiConcetti

Compassione, Gentilezza

Orario della lezione

45 minuti

Materiali richiesti

- ☐ Carte Scenario (vedi sotto)
- ☐ Ciotola o scatola

Mapa degli standard

Questa lezione è in linea con le competenze CASEL, gli standard di educazione sanitaria nazionale e gli standard statali comuni. Si prega di fare riferimento al [Mappa degli standard](#) per maggiori informazioni.



DESIGNATO DA CASEL
COME PROGRAMMA CONSIGLIATO
PER L'APPRENDIMENTO SOCIALE ED EMOTIVO.
Vedere l'ultima pagina per i dettagli.

Obiettivo della lezione

Gli studenti:

- Mostra compassione facendo brainstorming su soluzioni per scenari difficili.
- Spiegare la compassione attraverso le parole.

Connessione insegnante / cura di sé

L'atto di compassione per gli altri sembra spesso facile per noi adulti quando guardiamo un documentario commovente o un telegiornale. Tuttavia, la lotta per mostrare compassione all'interno della nostra stessa comunità a volte è un po' più difficile. Diventiamo immuni al senzatetto con il cartello o alla madre single alle prese con i pacchi. Questa settimana, dai un'occhiata concentrata alla tua comunità, alla tua scuola e persino alla tua classe. Chi potrebbe essere nel bisogno che potresti aver trascurato in passato? Comporre la tua compassione per ciò che ti circonda può davvero aumentare la connettività con i tuoi studenti, i tuoi coetanei e la tua comunità nel suo insieme. Quando siamo connessi, siamo presenti, quindi guardati intorno. Chi è caduto attraverso le fessure? In che modo la tua compassione può aiutarti a rimanere in contatto con la tua scuola?

Suggerimenti per studenti diversi

- Disponi gli studenti in diversi gruppi di 3-4 persone per bilanciare le parti del parlato.
- Usa le schede degli scenari alla fine di questa lezione per aiutarti nella comprensione.
- Aggiungi una scheda scenario difficile "Crea la tua" per gli studenti avanzati per estendere la lezione.



Condividere

5-7 minuti

Invita gli studenti a riunirsi nell'area del circle time/riunione della comunità.

- Chiedi agli studenti di parlare con il loro vicino di qualcosa per cui sono grati oggi.

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

- Se lo desideri, scrivi i ringraziamenti sui collegamenti della scorsa settimana per aggiungerli alla catena in seguito.



Ispirare

Cos'è la compassione?

10-15 minuti

Spiega che la compassione è la sensazione che provi dentro di te quando vuoi aiutare qualcuno che ha bisogno. Questa persona potrebbe essere un amico, il tuo insegnante, i tuoi genitori, un fratello o forse anche qualcuno che non hai mai incontrato! Quando una persona è triste, soffre o ha bisogno di aiuto, proviamo naturalmente compassione per lei. Il nostro cuore ci dice di aiutare. A volte non ci fermiamo nemmeno a pensare a dare questo aiuto perché il sentimento di compassione è così forte. Il nostro desiderio di essere gentili e premurosi è travolgente e entriamo in azione! Quando hai provato compassione per la tua famiglia o i tuoi amici? Come sei riuscito a mostrare gentilezza e premura?

Spiega che si può provare compassione per le persone che non abbiamo mai nemmeno visto o incontrato. Fornisci semplici esempi di scenari che potrebbero naturalmente portare a un sentimento di compassione. Alcuni esempi potrebbero includere un bambino malato, un incidente d'auto o un animale domestico morto.

- Chiedi altri esempi: hai mai visto un film che ti ha fatto provare compassione per uno dei personaggi?
- Leggi *The Lady in the Box* di Ann McGovern o guarda questo video per una lettura ad alta voce [▶ The Lady In the Box](#)
- Dopo la lettura ad alta voce, poni le seguenti domande:

1. *Hai mai visto qualcuno dormire fuori per strada o al parco?*
2. *Come ti senti quando vedi qualcuno che ha bisogno?*
3. *Come aiuteresti la "Lady in the Box"?*

Nota: questo può essere un argomento delicato. Preparati ad alcune domande che gli studenti potrebbero avere sul perché le persone sono senz'altro, perché alcuni ne hanno più di altri, ecc.



Potenziare

20 minuti

Dividi gli studenti in squadre di 3-5 a seconda delle dimensioni della tua classe. Usando una ciotola oscatola, posiziona tutte le carte scenario all'interno della ciotola (assicurati di piegarle in modo che nessuno possa vederle dall'esterno).

Invita due gruppi alla volta. Chiedi a un gruppo di selezionare una carta scenario. Leggi il titolo dello scenario e descrivi l'azione della carta. Concedi a entrambe le squadre il tempo di discutere lo scenario come una squadra. Devono rispondere alla domanda: "Cosa farei se succedesse a me?" Dopo due minuti, chiedi a entrambe le squadre di spiegare la loro risposta. Esempio: ho dimenticato il pranzo a casa.

Squadra 1:

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

Lo diremmo all'insegnante e forse lei potrebbe aiutarci a trovare un altro pranzo.

Squadra 2:

Vorremmo chiedere al nostro migliore amico un po' del loro pranzo perché ne hanno sempre di più.

Dopo che entrambe le squadre hanno fornito una risposta, poni le seguenti domande:

- *Come ti sentiresti se ti accadesse?*
- *Come potresti mostrare compassione se vedessi accadere questo a qualcuno della nostra classe?*

Ripetere questa attività fino a quando tutti i gruppi non avranno avuto almeno due occasioni in vantaggio.

Prova 3 squadre contemporaneamente per più di una sfida.



Riflettere

5-7 minuti

La compassione è un'emozione complessa e può essere difficile da spiegare in modo concreto. L'uso di scenari di vita reale mentre si presentano incorporando questo linguaggio consente ai bambini piccoli una base su cui costruire. Durante i periodi di conflitto, usa questo stesso modello per aiutare entrambe le parti del disaccordo a capire e mostrare compassione per l'altro.



Idee di estensione

- Usa questa stessa tecnica durante i periodi di conflitto con gli studenti durante tutto l'anno. Questo sposta l'attenzione da "il mio punto di vista è giusto" a uno di gentilezza e compassione per l'altra persona.
- Utilizzando la scheda dello scenario "Crea il tuo" qui sotto, concedi agli studenti l'opportunità di crearne di propri e recitarli nella finta area di gioco della tua stanza (se applicabile). La pratica extra che mostra compassione è sempre un buon investimento di tempo!



DESIGNATO DA CASEL
COME PROGRAMMA
CONSIGLIATO PER
L'APPRENDIMENTO
SOCIALE ED EMOTIVO.

La collaborazione per l'apprendimento accademico, sociale ed emotivo (CASEL) esamina i programmi SEL basati sull'evidenza dal 2003. Kindness in the Classroom® soddisfa il programma SElect di CASEL ed è incluso nel CASEL Guida a efficaci programmi di apprendimento sociale ed emotivo.

Kindness in the Classroom® ha soddisfatto o superato tutti i criteri CASEL per una programmazione SEL di alta qualità. Kindness in the Classroom® ha ricevuto la più alta designazione di CASEL per la programmazione SEL di alta qualità.

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

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

| | |
|--|--|
| Un bambino al parco giochi no avere un cappotto. È freddo oggi. | Tua madre sta piangendo perché un piatto appena rotto. |
| Una ragazza è appena mancata l'autobus per andare a scuola. | Un ragazzo ha una gomma a terra sulla sua bicicletta. |
| Un cane abbaiò forte da ragazza camminato vicino al cortile di qualcuno. | Un ragazzo è caduto dall'altalena e si sbucciò la gamba. |
| Alcuni bambini stanno giocando a pallone. Un ragazzo chiede di giocare e loro dicono di no. | Una ragazza è seduta da sola sui gradini durante la ricreazione. |