

Grafieken met empathie

In deze les staat zorgzaamheid door empathie centraal. Dit is het eerste leerjaar waarin deze woordenschat wordt geïntroduceerd. Leerlingen onderzoeken emoties en gebruiken vervolgens een grafiek om empathie te benadrukken voor anderen die zowel op hen lijken als op hen verschillen.

Zorgzame onder-concept(en)

Compassie, empathie, vriendelijkheid

Tijdschema van de les

45 minuten

Benodigde materialen

- ☐ Eén set emotiekaarten voor elke leerling
- ☐ Lege emotiegrafiek (zie sjabloon)
- ☐ *Let op: deze les heeft voorbereidend werk. U moet voor elk kind een set emotiesticks maken voordat u het spel speelt.

Normen kaart

Deze les sluit aan bij CASEL-competenties, National Health Education Standards en Common Core State Standards. Raadpleeg de Normen kaart voor meer informatie.



**AANGEWEZEN DOOR CASEL
ALS EEN AANBEVOLEN PROGRAMMA
VOOR SOCIAAL EN EMOTIENEEL LEREN.**

Zie laatste pagina voor details.

Lesdoel

Studenten zullen:

- Demonstreer begrip van basisemotiewoorden.
- Interpreteer emoties die anderen misschien voelen en analyseer hun potentiële rol bij het creëren van die emoties.

Leraarverbinding / zelfzorg

Compassie en empathie gaan hand in hand. Wanneer je die trek van mededogen ervaart, ben je vaak in staat tegelijkertijd empathie te uiten. Vorige week hebben we ons gericht op meer aandacht voor de vaak vergeten mensen in uw gemeenschap. Deze week gaat de uitdaging nog dieper. Kies een persoon in je gemeenschap om mee te leven en plaats jezelf voor een dag in hun schoenen.

Hoe ziet zijn/haar dag eruit? Welke worstelingen kan hij/zij tegenkomen? Wat zou het hoogtepunt van de dag kunnen zijn? Probeer indien mogelijk op een dag te leven zoals die persoon zou doen. Als dit niet mogelijk is, probeer dan de dag te visualiseren of er een dagboek over te schrijven. Compassie leidt ertoe dat we emoties voelen. Echte empathie stelt ons echter in staat om onszelf volledig in de plaats van de ander te plaatsen, met alle hoogte- en dieptepunten, worstelingen en vieringen. Deze eenvoudige oefening kan je helpen gemakkelijker empathie te oefenen met alle verschillende mensen, zowel lokaal als internationaal.

Tips voor diverse leerlingen

- Gebruik onderstaande emotiegezichten om leerlingen te helpen gevoelens tijdens het spel te herkennen.
- Gebruik de scenariokaarten aan het einde van deze les om het begrip te vergroten.
- Voeg een "Maak je eigen" moeilijke scenariokaart toe voor gevorderden om de les uit te breiden.



Deel

5-10 minuten

Verdeel de leerlingen in groepjes van 3-4. Lees de volgende scenario's hardop voor en laat elke groep uitbeelden hoe ze medeleven met de persoon kunnen tonen:

- Je hebt je been gebroken.
- Je bent je lunch vergeten.
- Je bent verdrietig over je hond.



Inspireren

Wat is empathie?

7-10 minuten

Leg uit dat empathie het vermogen is om de gevoelens van anderen te delen en te begrijpen.

Dit klinkt misschien verwarrend, maar eigenlijk doe je het bijna elke dag in de klas. Heb je ooit een vriend zien vallen en gewond raken? Hoe zou ze zich voelen? Kun je je haar pijn voorstellen? Ja, natuurlijk kunnen we dat! Iedereen in onze klas heeft zich wel eens bezeerd. Die pijn kennen we. We kunnen hun pijn delen en begrijpen omdat we uit eigen ervaring weten hoe het voelt. Dit is empathie.

Soms gebeurt er iets met anderen dat we nog nooit hebben meegemaakt. We kunnen nog steeds empathie tonen, maar we moeten heel hard ons best doen om "ons in hun schoenen te plaatsen". Proberen ons voor te stellen wat ze voelen, kan ons helpen hun gevoelens te begrijpen, zodat we vriendelijkheid en empathie voor de ander kunnen tonen.

Onze emoties

10 minuten

We kunnen niet over empathie praten zonder over onze emoties te praten. Om ons bij deze les te helpen, moeten we de volgende 6 emoties leren (houd elk gezicht omhoog terwijl je de emotie uitlegt):

- Blij: dit kind lacht. Hij is tevreden met wat er gaande is.
- Verdrietig: dit kind frons. Misschien huilt ze zelfs. Ze is niet blij met wat er gaande is.
- Gek/boos: dit kind heeft een gemeen gezicht. Zijn gezicht is vertrokken en hij heeft een frons. Hij houdt niet van wat er gebeurt.
- Bang: dit kind is bang. Ze voelt zich niet veilig en heeft hulp nodig.
- Verrast: dit kind werd overrompeld. Ze had niet verwacht wat er gebeurde. Dit kan zowel goed als slecht zijn.
- Nerveus: Dit kind weet niet wat het kan verwachten. Ze houdt er niet van om niet te weten wat er gebeurt of wat ze moet doen.



Machtigen

20 minuten

Deel een set van 6 emotiegezichtskaarten uit aan elke leerling. Zorg ervoor dat ze aan hun eigen bureau zitten of genoeg ruimte hebben om hun kaarten voor zich uit te leggen voor het spel. Het is ook handig om de kaarten op ijslollystokjes te lijmen voor gebruiksgemak.

Gebruik de volgende scenario's, lees elke situatie hardop voor en laat de klas "stemmen" over welke emotie zij denken dat de persoon zou kunnen voelen. Benadruk dat empathie het vermogen is om de gevoelens van anderen te delen en te begrijpen. Na elke "stem" grafiek het aantal van elke gekozen emotie in uw grafiek. Onthul vervolgens de juiste antwoorden (velen zullen meer dan één emotie hebben). Zorg ervoor dat u uitlegt **WAAROM** het kind al deze verschillende emoties kan ervaren. De studenten die een van die emoties correct konden identificeren, toonden empathie! Herhaal dit totdat een van je emoties helemaal vol is in de grafiek OF totdat je alle volgende scenario's hebt uitgeput.

- Alice verloor haar jas in de bus. Haar moeder heeft het vandaag voor haar gekocht. (Verdrietig, Boos, Nerveus, Bang)
- Hector viel in een modderpoel. Hij lette niet op waar hij liep. (verdrietig, boos, verrast)
- Lisa loopt naar binnen haar verrassingsverjaardagsfeestje. Ze is in de war over wat er aan de hand is. (Blij, Verrast, Nerveus)
- EJ's vader neemt hem mee naar een honkbalwedstrijd. Hij vertrekt direct na school. (Vrolijk)
- Jamal is de leerling van de week. Hij gaat zijn familiefoto's voor de klas delen. (Blij, zenuwachtig)
- Voeg uw eigen voorbeelden toe om leerlingen in uw klas op te nemen.



Reflecteer

5-7 minuten

Laat de leerlingen aan de hand van de ingevulde grafiek de meest voorkomende ervaren emotie(s) identificeren. Vraag ze naar voorbeelden in hun eigen leven waarin ze deze emotie hebben gevoeld. Ga door met dit proces totdat alle zes de emoties zijn onderzocht.



Uitbreidingsideeën

- Bewaar deze emotiekaarten als een manier om empathie te bespreken wanneer anderen overstuur of extreem opgewonden zijn.
- Maak foto's van elke leerling die elke emotie laat zien en maak gepersonaliseerde emotiekaarten voor persoonlijk gebruik. Dit is vooral handig voor kinderen in het autismespectrum.



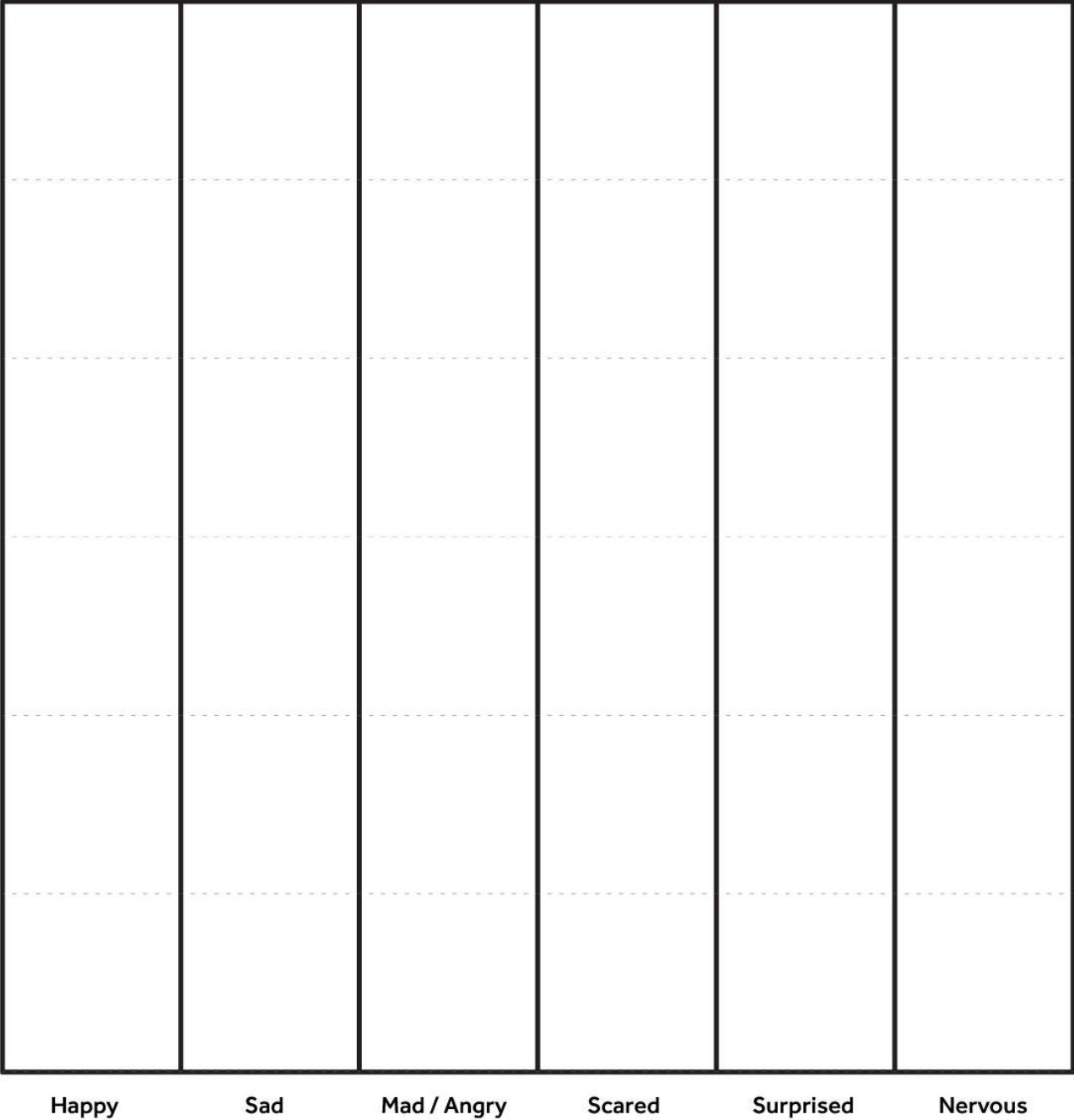
AANGEWEZEN DOOR
CASEL
ALS EEN AANBEVOLEN
PROGRAMMA VOOR
SOCIAAL EN EMOTIONEEL
LEREN.

De Collaborative voor academisch, sociaal en emotioneel leren (KASEL) beoordeelt sinds 2003 evidence-based SEL-programma's. Vriendelijkheid in de klas® voldoet aan CASEL's SELECT-programma en is opgenomen in de CASEL Gids voor effectieve sociale en emotionele leerprogramma's.

Vriendelijkheid in de klas® voldeed of overtrof alle criteria van CASEL voor hoogwaardige SEL-programmering. Kindness in the Classroom® ontving CASEL's hoogste onderscheiding voor hoogwaardige SEL-programmering.

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

Emotions Graph



RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®



RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®