

Dela dina känslor

Varje person har känslor. Hur vi definierar dem eller uttrycker dem kan dock se väldigt olika ut! När vi bjuder in andra att dela sina upplevelser med varje känsla, visar vi medkänsla och empati för deras känslor också. Denna interaktiva aktivitet ger förbipasserande möjlighet att illustrera hur vanliga typer av känslor ser ut eller låter för dem.

Omtänksam under-Koncept

Medkänsla, Empati, Vänlighet

Projektets tidsram

25-30 minuter

Nödvändigt material

- ☐ Grundläggande material för anslagstavla
- ☐ 4-6 olika färgade post it packs
- ☐ ordböcker
- ☐ byggpapper
- ☐ markörer
- ☐ snöre eller garn

Steg 1:

Bestäm som klass vilka känslor du vill ha med på din tavla. Du kanske vill inkludera en blandning av både lätta (glada/ledsna) och mer komplexa (förvirrade/upphetsade/intresserade) för att ge yngre och äldre elever en chans att delta under hela veckan.

Steg 2:

Dela upp klassen i motsvarande grupper och hjälp dem att definiera sina känslor. Förse varje grupp med en ordbok, konstruktionspapper och grundläggande konsttillbehör. Varje grupp ska skriva ordet med stor stil och skriva definitionen av ordet nedan.

Steg 3:

Sätt ihop anslagstavlan. Organisera dina 4-6 känslor längst upp med etiketterna och definitionerna. Välj en färg för varje känsla och låt varje elev välja 1-2 känslor som de inte definierade. De kommer att rita hur varje känsla ser ut för dem med hjälp av motsvarande inlägg och lägga till det under rätt känslorubrik.

Steg 4:

Lägg till enkla instruktioner:

- Välj en känsla.
- Ta en tom klisterlapp under den känslan och rita en bild av hur den känslan ser ut för dig!
- Glöm inte att sätta tillbaka din klisterlapp på vår tavla.
- Tack för att du hjälper vår klass!

Steg 5:

I slutet i veckan (eller längre om så önskas), samla alla ifyllda klisterlappar och granska dem som en klass. Vilka likheter såg du i klisterlapparna under en viss känsla? Vilka klisterlappar var mest kreativa och varför? Överraskade något dig? Om så är fallet, varför?



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/>