

# Var förändringen

Den här lektionen ger eleverna en möjlighet att tänka på hur människor redan modigt arbetar i sina samhällen och hur de kan engagera sig. Eleverna kommer att brainstorma hur de kan engagera sig i att antingen starta något de brinner för eller gå med i en satsning som redan pågår.

**Vänlighets underkoncept**

Sårbarhet, ödmjukhet

**Lektionens tidsram**

35-40 minuter

**Nödvändigt material**

- ☐ Var förändringsarbetsbladet (se nedan)

**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:

- Diskutera modets roll i att göra förändringar i en gemenskap.
- Brainstorma sätt att engagera sig i lokalsamhällets ansträngningar för förändring.

**Läraranslutning/Självvård**

Det slutliga målet för varje lärare är en snäll och respektfull klass. När miljön där vi tillbringar 8-10 timmar om dagen naturligt svarar med vänlighet som standard, kan vi lättare lära ut de akademiska komponenter som krävs av oss. När du går in i de sista veckorna och månaderna av läsåret kan den positiva miljön du skapade i början avta lite eftersom eleverna blir mer sugna på sommarlovet. Nu är det perfekta tillfället för en vänlighet. Även om du har fastnat för årsslutstestning, betyg och fester, kommer det att göra underverk för din klassrumsmiljö att ta några ögonblick i början av varje dag med lite fokuserad vänlighet. En idé är att skriva ett gäng upplyftande anteckningar på registerkort och låta varje barn välja en från en skål under morgonmötet. Låt dem läsa sitt vänlighetskort högt när de ursäktas till sina skrivbord. Inte bara kommer varje barn att uppmuntras, men du kanske upptäcker att vänlighet är smittsam!

**Tips för olika elever**

- Var uppmärksam på alla studenter som kan behöva dra nytta av några av dessa samhällsorganisationer; vissa kan vara öppna för att dela med sig (om de är involverade i något som ett släktskapsprogram eller Big Brothers/Big Sisters) eller så kan de vara generade eller nervösa (om de till exempel använder matbanken). Justera lektionen därefter (att diskutera förändring på statlig eller nationell nivå och brainstorma sätt att engagera sig i dessa program skulle fungera lika bra).



## Dela med sig

5-7 minuter

*Låt oss gå igenom vad vi lärde oss i vår senaste lektion om att säga "nej" till gruppträck. Vilka strategier kan vi använda för att säga nej?*

Bjud in elevernas svar och demonstration.

*Bra! Har någon varit tvungen att använda någon av dessa strategier sedan vår förra lektion?*

Be eleverna räkna upp handen. Du kan bestämma om du vill be om exempel eller inte. Detta kan leda till ett visst obehag om de har varit tvungna att använda dessa strategier med klasskamrater. En enkel handuppräkning bör göra poängen snabbt utan att gå in på detaljer.



## Inspirera

7-10 minuter

*För den här lektionen kommer vi att prata om hur vi måste använda mod för att vara snälla i våra samhällen. Som vi lärde oss i vår senaste lektion krävs det mod att fatta bra beslut och svara med vänlighet. Detta är sant när vi reagerar på saker som händer runt omkring oss. Ibland måste vi använda mod för att helt enkelt engagera oss i nya idéer eller för att stödja dem som står upp för förändring.*

*Här är ett exempel på någon som använder mod för att vara snäll i samhället:*

Om det är möjligt, prata om någon eller en organisation i ditt lokala samhälle som använder mod för att vara snäll, till exempel organisationer för mathyllor/matbanker, härbärgen för hemlösa, nätverk för familjesäkerhet, släktskapspartners, YMCA-program, etc. Om det inte finns ett exempel på detta lokalt (eller till och med regionalt), du kan använda ett exempel på ett barn som gör skillnad i det bredare samhället/världen:

<https://campus.one.org/stories/6-kids-who-are-changing-the-world/>

Eller använd en kändis eller någon välkänd som också regelbundet är engagerad i filantropisk verksamhet.

*På vilka sätt använder denna person mod för att göra skillnad i sitt samhälle (eller nationen/världen)?*



## Bemyndiga

15-20 minuter

*En klok, fredlig ledare vid namn Mahatma Gandhi sa en gång ungefär så här: "Var den förändring du vill se i världen." Det betyder att om du vill se något hända i ditt samhälle så måste du gå ut och vara en del av det. Du kan inte bara luta dig tillbaka och vänta på att det ska hända av sig själv.*

*Idag ska vi ta några första steg mot att bli den förändring vi vill se i vårt samhälle. Jag vill att alla på egen hand ska brainstorma något i vårt samhälle (och det kan vara i vår skolgemenskap) som du känner är viktigt och fördelaktigt för samhället eller som du tycker borde förändras i samhället. Det kan vara återvinning, lägga till ett specifikt fritidsprogram för barn, hemlöshet, mata hungriga, ta hand om de äldre eller volontärarbeta vid ett specifikt välgörenhetsevenemang. Fundera på vad som är viktigt för dig eller en förändring du vill se och svara sedan på frågorna på arbetsbladet "Be the Change". Vilken förändring vill du se i vårt samhälle och hur kan du hjälpa till att få det att hända?*

*Fyll i arbetsbladet så pratar vi om dem i avslutningen!*



## Reflektera

7-10 minuter

Be eleverna dela med sig av sina "Be the Change"-idéer. Du kan göra detta i den stora gruppen eller dela upp eleverna i små grupper. Efter 5-7 minuter, samla alla igen (om de har brutit ut i grupper). Granska följande begrepp:

1. Att arbeta i och förbättra våra samhällen kräver mod.
2. Det finns alltid bra arbete vi skulle kunna göra; många människor är redan på jobbet runt omkring oss!
3. Du är aldrig för ung för att engagera dig och modigt tjäna andra.
4. Hur många av er vill fortsätta passionen eller förändringen som ni skrev om?
5. Hur kommer du att göra detta?



## Förlängningsidéer

- Lägg till utrymme på arbetsbladet "Be the Change" för en förälders/vårdnadshavares signatur. Be eleverna ta med dem hem för att dela dem och be en förälder/vårdnadshavare att stödja dem i deras ansträngningar att engagera sig. Föräldrar kan diskutera denna idé med sitt barn och skriva under arbetsbladet som ett tecken på stöd.
- Bjud in någon från en lokal organisation som gör bra ifrån sig i samhället att komma och prata med klassen om vad organisationen gör och hur människor kan ställa upp som frivilliga för att hjälpa till.



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/>

# Var den förändring du vill se i världen...

Fråga	Dina svar
Vad är något du känner starkt för i ditt samhälle eller som du skulle vilja se förändrat i ditt samhälle? Skriv ner vad du vet om denna passion eller denna förändring.	
På vilka sätt sker det redan och vem är inblandad? (Ibland är förändringsarbetet eller framsteg redan i rörelse och allt vi behöver göra är att gå med!)	
Vem kan vara en bra person (eller grupp människor) att prata med om att antingen starta denna passion i ditt samhälle, göra denna förändring eller engagera sig? (Om du inte vet, skriv ner vem du kan prata med om dina idéer.)	
Om denna passion introducerades till ditt samhälle eller om förändringen inträffade, vad tror du skulle hända i ditt samhälle?	
Vad är ditt nästa steg för att engagera dig?	