

Vård dag 2 • Forskning

RAK Definition: Att bry sig är att känna och visa omtanke om andra.

I den här lektionen kommer eleverna att lära sig om empati och hur det påverkar vår förmåga att ta hand om andra.

Veckomål

Eleverna kommer att:

- ☐ Skapa en personlig definition av omsorg både på en individuell och interpersonell nivå.
- ☐ Undersök deras samhälle genom en lins av omtanke.

Resurser / Material

- ☐ **VIDEO:** [Empati i den digitala tidsåldern | Katri Saarikivi](#) (15:30)

Reflektera / bedöma

Leveranser:

- ☐ Dagliga deltagandepoäng
- ☐ **Omtänksam journalanteckning:** Hur hindrar våra fördomar oss från att känna empati med andra?

Dela med sig

Återrapportering: Vilken omtänksamhet gjorde du, hur togs den emot, hur kände du och hur kände den andra personen?



Vår förmåga att ta hand om andra påverkas också av vår förmåga **attkänna empati** med andra. Vi känner empati med andra när vi har haft liknande upplevelser som gör att vi på ett unikt sätt kan förstå deras synvinkel, känslor, reaktioner, handlingar etc.

Diskussionsstartare:

- Vad är några saker som får dig att känna dig kopplad till en annan person eller till en grupp?
- Vad är några saker som du inte förstår eller är rädd för som får dig att känna dig fränkopplad från andra människor eller grupper?

Inspirera

Kolla på: [Empati i den digitala tidsåldern | Katri Saarikivi](#)



Do: Dela in klassen i grupper om 6-8. Med din lilla grupp väljer du ett vanligt scenario som andra tonåringar upplever över hela världen oavsett pengar, miljö etc. Det här är en situation som du kan **allakänna empati** med. Skriv ner din idé och lista 3 stöddetaljer för att säkerhetskopiera ditt svar. Dela din gemensamma grund med den stora gruppen.

Bemyndiga

Vår utmaning kommer när vi ser, hör eller bevittnar saker som vi inte kan känna empati med (eftersom vi inte har gemensam grund med den upplevelsen). Enskilt eller i små grupper, tänk på en fråga om social rättvisa som du inte lätt kan relatera till eftersom du inte har upplevt den personligen, men som du känner starkt för och vill veta mer om så att du bättre kan känna empati med och ta hand om dem som drabbas hårdast. . Undersök den här frågan och hitta en artikel som hjälper dig att få ett bättre perspektiv. Skriv ner fem *ny* saker du lärde dig som kan hjälpa dig att bättre förstå problemet och en åtgärd du kan göra för att ta hand om de mest drabbade.



Aktuella frågor om social rättvisa du kan utforska:

- Institutionaliserad rasism
- Kvinnors rättigheter
- Rösträtt
- Socioekonomiska orättvisor

