



Strumenti di supporto

Lezione sull'empatia e sull'essere brave persone

Schema della lezione

1. Scopri cos'è veramente l'empatia
2. Impara a metterti nei panni di qualcun altro
3. Impara a dare la tua opinione senza giudicare
4. Scopri come funzionano le buone azioni
5. Cosa abbiamo imparato oggi?

Introduzione

Le lezioni incentrate sullo sviluppo delle abilità sociali sono una grande opportunità per ogni ragazzo/a di condividere i propri interessi, offrono uno spazio sicuro per esprimersi ed essere visto come un membro prezioso della classe. Questo è particolarmente importante per gli studenti con difficoltà di apprendimento ma non solo in quanto tali attività consentono loro di ottenere un certo riconoscimento tra pari.

1. Che cos'è l'empatia?

Iniziate la lezione spiegando cos'è l'empatia.

Prima di spiegare il concetto di empatia agli studenti, cercate di trovare una definizione con loro. In questo modo, renderete gli studenti più a loro agio con l'argomento della lezione.

Quali attività fare?

Fase 1: Consegnare a ciascuno studente un pezzo di carta e chiedere loro di scrivere una parola che sia collegata con l'empatia (3 min.).

Fase 2: Dopo che hanno finito, raccogliere tutti i bigliettini e metterli su un cartone/grande pezzo di carta, dove la parola EMPATIA verrà scritta al centro. Formare una mappa di parole mettendole in gruppi di sinonimi.

Fase 3: Leggete la definizione (proposta qui sotto ma potete cercarne altre) e discutete le similitudini fatte dagli studenti.

Definizione:

L'empatia è la capacità non solo di capire ma anche di essere sensibili ai sentimenti degli altri e di mettersi nella loro situazione. L'empatia è molto importante in tutte le nostre relazioni, sia personali che professionali, in quanto ci aiuta a capire le reazioni altrui e ad adattarci ad ogni singolo caso.

Nota per l'insegnante:

Se avete uno studente in classe che ha problemi di scrittura, puoi proporre una forma diversa per esprimere il concetto di empatia, come ad esempio una spiegazione orale o un disegno. L'importante è partecipare all'esercizio.

2. Mettersi nei panni di qualcun altro

Spiegare agli studenti che, per mettersi nei panni di qualcun altro, dovranno capire ed essere in grado di esprimere le proprie emozioni. Ci sono alcuni esercizi che ognuno può fare per cercare di mettersi nella situazione di qualcun altro per vedere come reagirebbe/si sentirebbe.

Ecco un esercizio che si può provare in classe:

Mettete i vostri studenti a coppie con qualcuno della classe che non conoscono o con cui non passano molto tempo. Questo darà loro l'opportunità di conoscersi e di raccontarsi a vicenda un evento che hanno passato per poi parlare di come si sono sentiti in quel momento. Alla fine della settimana, gli studenti racconteranno l'esperienza dei loro compagni di classe con parole proprie e racconteranno come si sarebbero sentiti.

Qui ci sono alcuni suggerimenti su cosa parlare:

- Descrizione di sé stessi
- Come ti senti? (chiedere tutti i giorni) e perché?
- Cosa ti è successo di recente?
- Di cosa sei fiero?
- Di cosa hai paura?

Alla fine del compito, entrambi gli studenti diranno tre cose positive l'uno dell'altro e cercheranno di descrivere una situazione che il loro coetaneo ha attraversato rispondendo alle seguenti domande:

- Che cosa è successo?

- Come si sono sentiti quando è successo?
- Come si sentono ora?
- Come vi sentireste in questa situazione?

Per facilitare il lavoro, si può utilizzare il modello qui sotto da riempire a fine giornata in modo da non dimenticare ciò che è stato detto e iniziare a prepararsi per il compito finale. Alla fine della settimana, quando i vostri alunni hanno imparato a conoscersi un po' meglio, potete creare una discussione con l'intera classe e fornire loro un luogo sicuro per condividere l'esperienza della persona che hanno conosciuto, dicendo ciò che ammirano in quella persona e come si sarebbero sentiti e reagito nella loro situazione.

Questo è l'esempio del modello:

METTITI NEI PANNI DEGLI ALTRI

- Parla con i tuoi compagni di classe.
- Come si sentono oggi e perché si sentono così?
- Chiedi cosa è successo.
- Scrivi le tue reazioni.

IL TUO NOME:

IL NOME DEL TUO COMPAGNO DI CLASSE:

DATA:

<p style="text-align: center; font-weight: bold;">1. COME SI SENTONO OGGI?</p> <div style="background-color: white; height: 100px; width: 100%;"></div>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">3. COS'E' SUCCESSO?</p> <div style="background-color: white; height: 100px; width: 100%;"></div>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">5. COME TI SENTIRESTI TU?</p> <div style="background-color: white; height: 100px; width: 100%;"></div>
<p style="text-align: center; font-weight: bold;">2. PERCHÉ TI SENTIRESTI IN QUEL MODO?</p> <div style="background-color: white; height: 100px; width: 100%;"></div>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">4. COME LI FA SENTIRE?</p> <div style="background-color: white; height: 100px; width: 100%;"></div>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">6. COSA PUOI IMPARARE DA QUESTA ESPERIENZA?</p> <div style="background-color: white; height: 100px; width: 100%;"></div>

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione Europea. Il suo contenuto e il materiale riflettono solo il punto di vista degli autori e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per l'uso che può essere fatto delle informazioni in esso contenute.

Nota per l'insegnante:

Gli studenti con disturbi dell'apprendimento spesso hanno problemi con l'organizzazione. È possibile fornire agli studenti il modello precedente o organizzare direttamente la discussione di gruppo durante la quale gli studenti condividono le proprie esperienze e sentimenti.

3. Nessun giudizio

Il giudizio può causare molti malintesi. Ecco perché tutti noi dobbiamo imparare ad esprimere le nostre opinioni senza giudicare l'altra persona, comprendendo che ciò che crediamo non è necessariamente vero o il modo migliore di vedere le cose. Questo genererà maggiore fiducia tra i vostri studenti.

Provate questo esercizio:

Dividete la classe in due gruppi di persone a cui piace la stessa cosa o che sono d'accordo su qualcosa. Ecco alcuni esempi:

Al gruppo A piace Ed Sheeran	Al gruppo B piace Beyoncé
Gruppo A piace Harry Potter	Gruppo B piace Cattivissimo me
Il gruppo A ama il cibo dolce	Il gruppo B ama il cibo salato
Il gruppo A è d'accordo con una data citazione	Il gruppo B non è d'accordo.

Create coppie di studenti del gruppo A con studenti del gruppo B.

Gli studenti del gruppo B osservano gli studenti A fare una discussione con il proprio gruppo sulle cose che piacciono o su cui sono d'accordo. Lo studente B reagirà quindi esclusivamente su ciò che viene detto dagli studenti del gruppo A.

- Gli studenti del gruppo A diranno le loro argomentazioni per spiegare perché amano quel cantante/film/cibo/etc..... o sono d'accordo con quella citazione e dovranno prestare particolare attenzione a dare spazio sufficiente per permettere a tutti i loro coetanei di parlare. Cercheranno

anche di evitare qualsiasi tipo di commento negativo sull'opinione dell'altro gruppo.

- Gli studenti B ascolteranno in silenzio la conversazione, anche se non sono d'accordo con ciò che gli studenti A stanno dicendo. Alla fine di questa conversazione, gli studenti B condivideranno la loro opinione in base a quanto detto dallo studente che stavano osservando e dovranno assicurarsi di non esprimere alcun giudizio sull'opinione degli altri studenti.

Ecco alcuni esempi:

Invece di dire....	Dire...
Non sa cantare	lo preferisco gli altri cantanti
E' stupida	non sono d'accordo con quello che dice
Il film è noioso	preferisco i film d'azione
Non è per niente divertente	personalmente non mi piace l'umorismo oscuro

Nota per l'insegnante:

Gli studenti con DSA sono a volte timidi e hanno difficoltà con le attività di gruppo. Per incoraggiarli (e farlo anche per gli altri compagni di classe che non sono sicuri di sé) cercate di trovare un modo divertente per dividere gli studenti in gruppo.

Ecco alcuni giochi rompighiaccio che puoi provare:

1. Chiedete ai vostri studenti di scrivere su un piccolo pezzo di carta il nome del loro cantante/film/cibo preferito. Scegliete le due cose che hanno più fan e scrivetele sulla lavagna. Chiedete agli studenti di andare verso l'oggetto che preferiscono in modo così da creare i gruppi. È possibile farlo anche per alzata di mano.
2. Potete scrivere una famosa citazione, come "Vincere non sempre significa essere i primi. Vincere significa che stai facendo meglio di quanto hai fatto prima" di Bonnie Blair e chiedere loro di dire una parola che

collegano alla citazione e raggruppare le parole simili alla lavagna ai lati opposti per creare i due gruppi.

4. Buone azioni

Una volta comprese le proprie emozioni e quelle degli altri, vi sentirete più a vostro agio ad aiutarli e ad avvicinarvi a loro. Tuttavia, l'empatia non riguarda solo le persone vicine. È importante essere gentili con le persone in generale per rendere questo mondo un posto migliore. Questo è il motivo per cui le buone azioni sono importanti.

Qui ci sono tre opzioni tra cui scegliere per parlare di buone azioni con gli studenti:

A) Guarda un film: Hai visto il film "Un sogno per domani"?

Questa attività può essere fatta con gli studenti più grandi in quanto si tratta di un lungo film che i bambini più piccoli potrebbero non voler vedere ancora. Il film parla di un ragazzo che ha un piano per rendere il mondo un posto migliore. Dopo una serie di vicissitudini, comincia a compiere delle buone azioni, chiedendo a chi le riceve di compiere a loro volta un importante favore a tre persone differenti.

B) Guarda un cortometraggio animato: Cortometraggio animato CGI: "Mr Indifferent" di Aryasb Feiz | CGMeetup

<https://www.youtube.com/watch?v=qLGNj-xrgvY>

Questo cortometraggio mostra come può essere trasformata la gentilezza. La strategia del protagonista è quella di fingere di essere cieco per creare questo momento di trasformazione per qualcun altro.

Che cosa faresti:

Scegliere una delle due opzioni di cui sopra. Organizza una breve discussione di gruppo con i tuoi studenti per raccogliere le loro opinioni su ciò che hanno visto. Scrivete alcune idee sulla lavagna e chiedete loro di formare gruppi di 4-5 studenti per sviluppare la propria strategia. Può essere basata su quella

del film/canzone, ma dovranno aggiungere un loro tocco personale. Poi, lasciate che i gruppi presentino la loro strategia ai compagni di classe nei seguenti modi:

- Disegni, punti, rappresentazioni visive
- Lo storytelling come modo per illustrare la loro strategia
- Attraverso una scenetta di fronte alla classe

I tuoi studenti possono usare questo modello per organizzare i loro pensieri prima di presentare la loro strategia secondo i seguenti punti:

- I problemi che vogliono affrontare grazie alla loro strategia
- Cosa vogliono ottenere
- Come hanno intenzione di farlo
- Come può la strategia essere utilizzata da altre persone?
- Perché pensano che sia una buona strategia (argomentazione)?
- Come vogliono presentarla ai loro compagni di classe?

FAI DEL MONDO UN POSTO MIGLIORE

In gruppi di 4-5, trovate una semplice strategia per rendere questo mondo un posto migliore. Non dimenticate di parlare di come lo presenterete alla classe!

DATA:		Nome del gruppo:	
1. PROBLEMA	3. COME FACCIAMO?	5. PERCHE' SARA' UTILE?	
<div style="border: 1px solid black; height: 80px;"></div>	<div style="border: 1px solid black; height: 80px;"></div>	<div style="border: 1px solid black; height: 80px;"></div>	
2. COSA FACCIAMO?	4. COME FACCIAMO A DIFFONDERE L'IDEA?	6. COME LO PRESENTIAMO ALLA CLASSE?	
<div style="border: 1px solid black; height: 80px;"></div>	<div style="border: 1px solid black; height: 80px;"></div>	<div style="border: 1px solid black; height: 80px;"></div>	

 Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione Europea. Il suo contenuto e il materiale riflettono solo le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per l'uso che può essere fatto delle informazioni in esso contenute.



Nota per l'insegnante:

Gli studenti con DSA spesso beneficiano maggiormente di attività che permettono loro di mostrare la loro creatività. In realtà, probabilmente sarà anche più piacevole per tutti. Date quindi loro il supporto di cui hanno bisogno per strutturare il loro lavoro di squadra e permettere loro di proporre altri mezzi per comunicare la loro strategia ai compagni di classe.

5. "Dopo la lezione di oggi, ho imparato che..."

A turno, ogni studente dovrà finire questa frase. Questo vi permetterà di determinare in che misura gli obiettivi specifici sono stati raggiunti.