

ملاحظة لطيفة

الإطار الزمني للدرس
25-20 دقيقة

مواد

- بطاقات الفهرس (أو الورق)
- لوازم الفن الأساسية
- (ملصق رعاية اختياري)



يشارك

إذا رغبت في ذلك). Caring ناقش العلاقة بين اللطف والرعاية. تعريف الرعاية: الرعاية هي الشعور بالاهتمام وإظهار القلق للآخرين. (اعرض ملصق كمجموعة ، حدد السلوكيات اللطيفة التي تساعدنا في الاهتمام بالآخرين. كيف تساعد عائلتك؟ أصدقائك؟ معلميك؟ طلاب جدد في صفك؟ تهدف ل2-3 متطوعين (للإجابة عن كل مجموعة (عائلة ، أصدقاء ، إلخ).



يلهم

عندما نختار اللطف ، ينتهي بنا الأمر تلقائيًا إلى الاهتمام بالآخرين في حياتنا. نظهر اهتمامنا عندما نختار الكلمات والأفعال اللطيفة ، حتى عندما نشعر بالإحباط أو الغضب. اللطف معدي. عندما نتلقى كلمات لطيفة ، نشعر بالرضا عن أنفسنا. من المرجح أن نشارك الكلمات الطيبة مع الآخرين أيضًا. فكر في الوقت الذي تلقيت فيه ملاحظة أو بطاقة لطيفة. كيف شعرت عندما قرأته / نظرت إليه؟

!أشرح أننا سننشئ اليوم ملاحظة لطيفة لشخص ما في المنزل. إنه لمن دواعي سروري أن تعطي كلمة طيبة مثلها مثل تلقيها



التمكين

سيقوم كل مشارك بكتابة و / أو رسم ملاحظة لطيفة على بطاقة فهرسة لشخص ما في منزله. يمكن أن يكون هذا شقيقًا أو والدًا أو شخصًا بالغًا موثوقًا به. سيختارون بعد ذلك المكان الذي يريدون ترك الملاحظة في منزلهم فيه حتى يتمكن الشخص الذي يختارونه من العثور عليها "عن طريق الخطأ". بعد الانتهاء من جميع الملاحظات اللطيفة ، ناقش بعض الخيارات لمواقع جيدة داخل المنزل. التركيز على المناطق المشتركة مثل الثلاجة ، بدلاً من المساحات الخاصة مثل غرفة النوم.

- أين يمكنك ترك ملاحظتك؟
- لماذا قد ترغب في اختيار غرفة رئيسية مقابل مساحة شخصية (مثل غرفة النوم)؟



يعكس

عندما نهتم بالآخرين ، نختار الكلمات الطيبة لرفعهم وتشجيعهم. بعض الكلمات تجعلنا نشعر بالإحباط أو الحزن ، والبعض الآخر يجعلنا سعداء ومرتعين. تذكر ، كلماتك لها قوة! اختر النوع

- ما هي الكلمات التي قمت بتضمينها في ملاحظتك؟
- ما هو شعورك إذا تلقيت ملاحظة لطيفة غير متوقعة؟
- ماذا يمكنك أن تفعل إذا كانت كلماتك أو أفعالك غير المحترمة تؤدي مشاعر شخص ما؟

