

يوم الاحترام 2 . البحث

تعريف رأس الخيمة: الاحترام هو معاملة الناس والأماكن والأشياء بلطف.

ستركز اليوم على أنواع مختلفة من الاحترام وكيف يمكن أن يؤدي عدم الاحترام إلى إحداث ضغوط. سوف ندرس كيف يؤثر التوتر على الدماغ ونحدث عن كيفية زيادة الاحترام وتقليل التوتر.

الأهداف الأسبوعية

الطلاب سوف:

1. قم بإنشاء تعريف شخصي للاحترام على المستوى الفردي والشخصي.
2. افحص مجتمعهم من خلال عدسة الاحترام.

يشارك

مبتدئين المناقشة:

- من أين يأتي مفهوم الاحترام؟ أين هي الجذور؟
- كيف مررنا الاحترام من جيل إلى جيل؟
- ما هي الطرق التي نفعلها تفشل في منح الاحترام من جيل إلى جيل ولماذا؟



الموارد / المواد

- ❑ موقع إلكتروني: قاموس علم أصل الكلمة على الإنترنت: الاحترام
- ❑ شرط: كيف يقارن جيل الألفية اليوم بأجداهم قبل 50 عامًا
- ❑ شرط: كيف كبار السن عبر الثقافات لكسب الاحترام من الأجيال الشابة
- ❑ موقع إلكتروني: الإدر ك: الاحترام: ما هو ، أنواعه ، أمثلة ، تعلم ، و علم الاحترام
- ❑ فيديو: كيف يؤثر التوتر على عقلك

يلهم

أنواع الاحترام:

ما هي أنواع الاحترام؟ أيهما سهل الاحترام؟ أيهما أكثر صعوبة؟ بربالدر ك: الاحترام: ما هو ، أنواعه ، أمثلة ، تعلم ، و علم الاحترام للتعريفات

- للقيم
- للثقافة
- للدفاع عن النفس
- للآخرين
- للأعراف الاجتماعية
- للرموز الوطنية
- للعائلة

يناقش:

- ما هي الطرق المختلفة التي نعطي ونستقبل بها هذه الأنواع من الاحترام؟



التفكير / التقييم

الإنجازات:

- ❑ نقاط المشاركة اليومية
- ❑ احترام دخول دفتر اليومية: ما الذي يمكنك فعله للمساعدة في تخفيف التوتر من حيث علاقته بالاحترام؟

التمكين

مناقشة: إعداد الفيديو كيف نشعر عندما نتعرض لعدم الاحترام أو عندما لا نحترم الآخرين؟ تخلق هذه المشاعر السلبية استجابة للتوتر في أدمغتنا ويمكن للضغط ، بمرور الوقت ، أن يغير أدمغتنا بالفعل.

مادوميتا مورغيا (4:16) - Madhumita Murgia - كيف يؤثر التوتر على عقلك: TedEx: يشاهد (، الفهم - سهل / معتدل)

يناقش: ما هي أنواع التوتر التي تعاني منها على يوم نموذجي؟

ما مقدار هذا الضغط الذي يتعلق بالاحترام (إما عدم الشعور بالاحترام من قبل الآخرين ، أو عدم احترام نفسك ، أو عدم احترام الآخرين)؟

