

Keberanian

Ini adalah minggu ketiga unit Keberanian kami. Siswa akan fokus pada keberanian dan bagaimana menggunakannya untuk menunjukkan kerendahan hati dalam situasi yang sering menimbulkan kesombongan dan kesombongan.

Mulailah unit dengan pelajaran seluruh kelas dan kemudian targetkan untuk menyelesaikan setidaknya dua pelajaran mini dengan siswa Anda sepanjang minggu. Setiap pelajaran mini dirancang untuk menyajikan unsur pelajaran utama dengan cara yang baru dan menarik.

Pelajaran Utama

Pelajaran Seluruh Kelas
30 menit



Si "HumbleBrag"

Siswa akan bekerja sama untuk memikirkan cara berbagi pencapaian tanpa menjadi "HumbleBrag". (Lihat halaman 2 untuk rincian pelajaran.)

Pelajaran Mini

Untuk Grup Kecil
15 menit



Menunjukkan Kerendahan Hati

Bagilah kelas menjadi kelompok-kelompok yang terdiri dari 4-6 orang dan adakan diskusi kelompok kecil mengenai: Bagaimana kita dapat menunjukkan kerendahan hati sebagai tim/klub, dll. bahkan ketika kita jelas lebih baik dari lawan kita?

Untuk Mitra
15 menit



Seperti Apa Kerendahan Hati Itu?

Dengan pasangan Anda, bagikan seseorang dalam hidup Anda yang merupakan teladan kerendahan hati yang luar biasa terlepas dari semua pencapaian mereka. Jika Anda tidak mengenal siapa pun secara pribadi, pikirkan tentang orang-orang terkenal yang juga memiliki atribut ini!

Untuk Individu
15 menit



Bertambah dalam Kerendahan Hati

Buatlah jurnal tentang pertanyaan berikut: Bagaimana Anda dapat meningkatkan kerendahan hati Anda dalam situasi yang menggoda Anda untuk menyombongkan diri dan menyombongkan diri? Bagaimana Anda bisa membagikan pencapaian Anda tanpa menyombongkan diri dan membuat orang lain merasa tidak enak?

Berfokus pada Teknologi
15 menit



Membuat Posting Sederhana

Buat postingan tiruan yang mengumumkan pencapaian terbaru. Ingat apa yang kita pelajari tentang "HumbleBrag". Cobalah yang terbaik untuk menghindari kapan membuat postingan Anda. Bagikan dengan mitra agar mereka memeriksa ulang bendera merah HumbleBrag!

Si “HumbleBrag”

Siswa akan bekerja sama untuk memikirkan cara berbagi pencapaian mereka tanpa menjadi "HumbleBrag".

Jangka Waktu Pelajaran

30 menit

Bahan yang Dibutuhkan

- ☐ Kertas
- ☐ Pensil

Peta Standar

Pelajaran ini sejalan dengan Kompetensi CASEL, Standar Pendidikan Kesehatan Nasional, Masyarakat Internasional untuk Teknologi dalam Standar Pendidikan, bila berlaku, dan Standar Negara Inti Umum. Silakan merujuk ke [Peta Standar](#) untuk informasi lebih lanjut.

Tujuan Pelajaran

Siswa akan:

- Dapatkan pemahaman yang lebih dalam tentang kebaikan dan keberanian yang dibutuhkan untuk merangkul kerendahan hati dalam berbagai situasi.
- Berlatihlah menggunakan keberanian dan kerendahan hati di sekolah dan di rumah.

Koneksi Guru / Perawatan Diri

Terkadang ada kesalahpahaman bahwa guru harus ahli dalam segala hal. Apakah Anda merasakan tekanan untuk tidak pernah melakukan kesalahan, untuk selalu memiliki jawaban, untuk selalu “memegang kendali”? Jika demikian, lupakan semua itu. Sekarang. Lemparkan saja. Anda tidak harus menjadi segalanya bagi semua orang; kamu tidak bisa. Sebenarnya dibutuhkan lebih banyak keberanian untuk mengakui saat kita tidak mengetahui semuanya, saat kita tidak memegang kendali penuh, dan saat kita membutuhkan bantuan. Ingatlah bahwa Anda adalah manusia dan tugas Anda sebagai guru sebenarnya adalah memimpin, menginspirasi, memfasilitasi, menyalakan, dan melayani. Hari ini, pikirkan tentang bagaimana Anda memimpin dan memilikidipimpin sepanjang tahun ini melalui pelayanan: pelayanan kepada siswa Anda, kepada sekolah, kepada kolega Anda, dan kepada diri Anda sendiri. Ada beberapa hal yang lebih berani dari itu.



Membagikan

3-5 menit

Sejauh ini kita telah menjelajahi konsep keberanian dan hubungannya dengan kerentanan. Kami juga telah menjelajahi konsep pemimpin dan bagaimana masing-masing dari kita adalah pemimpin dengan hak kita sendiri. Saat kami mengitari titik tengah di unit keberanian kami, kami mengalihkan fokus kami ke konsep yang tidak terhubung dengan banyak orang dengan keberanian, yaitu kerendahan hati.

Apa arti kata rendah hati bagi Anda? (Undang tanggapan siswa.)
 Apa yang terlintas di benak Anda ketika mendengar kata kerendahan hati? (Undang tanggapan siswa.)



Mengilhami


4-6 menit

Konsep kerendahan hati sering dikacaukan dengan kata penghinaan. Penghinaan itu negatif dan seringkali menyebabkan rasa malu dan terkadang bahkan malu. Contohnya mungkin merasa terhina ketika orang dewasa menegur Anda di depan teman-teman Anda atau ketika seseorang mengolok-olok Anda di depan umum.

Kerendahan hati TIDAK negatif. Itu adalah pilihan yang kita buat dalam cara kita berinteraksi dengan orang lain dan dunia di sekitar kita. Untuk unit ini didefinisikan sebagai rendah hati tentang kemampuan kita sendiri dan bersedia mendahulukan kebaikan orang lain di atas keinginan kita sendiri. Keputusan sadar ini sebenarnya membutuhkan banyak keberanian dan kebaikan. Anda membuat keputusan untuk meninggikan orang lain dan keinginan/kebutuhan/preferensi mereka sebelum diri Anda sendiri. Ini tidak berarti Anda meremehkan pencapaian, ide, atau keinginan Anda sendiri. Anda mengendalikan keputusan ini dan dapat menemukan keseimbangan antara menempatkan diri Anda dan keinginan serta kebutuhan Anda terlebih dahulu dan pentingnya menggunakan kerendahan hati dengan orang lain saat ada kesempatan.

Ini bisa sangat sulit ketika Anda bangga dengan suatu pencapaian. Mungkin Anda belajar ekstra keras dan menerima 100% pada tes matematika terbaru. Mungkin Anda menendang gol kemenangan untuk pertandingan terakhir tim Anda. Ini adalah pencapaian luar biasa dan Anda ingin membaginya dengan dunia! Namun, kita harus berhati-hati dengan sesuatu yang disebut "HumbleBrag". "HumbleBrag" adalah saat Anda mengumumkan pencapaian Anda dengan cara yang rendah hati pada awalnya, tetapi diakhiri dengan "sombong" yang halus. Salah satu contohnya adalah: "Ugh, membekukan kakiku! Sulit untuk mencetak gol kemenangan dan kemudian langsung ke UGD!" Banyak orang mencoba meremehkan pencapaian mereka dengan cara ini dalam upaya untuk menjadi lebih rendah hati. Namun, ini sering memiliki efek sebaliknya! Jenis kerendahan hati ini terasa palsu dan sebenarnya menarik lebih banyak perhatian pada diri Anda sendiri, yang sebenarnya ingin Anda hindari! Jadi bagaimana kita bisa menghindari "HumbleBrag"?

- Seimbangkan berapa banyak Anda berbicara tentang diri Anda dan pencapaian Anda dengan pertanyaan Anda kepada orang lain dan bagaimana keadaan mereka. Apakah Anda banyak berbicara tentang diri Anda sendiri? Apakah Anda sering membagikan pencapaian Anda? Jika demikian, godaan untuk HumbleBrag semakin tinggi. Cobalah untuk fokus pada orang lain **TERLEBIH DAHULU**. Ketika sesuatu terjadi yang sangat Anda banggakan, jangan ragu untuk membagikannya, tetapi jangan berlebihan, menyoroti Anda dengan sangat terang dan betapa hebatnya Anda! Bagikan milik Anda prestasi dan kemudian mencari prestasi orang lain.
- Sorot tindakan Anda, bukan diri Anda secara khusus. Mengatakan, "Saya sangat senang saya memiliki gerigi baru ini sehingga saya bisa mencetak gol kemenangan itu!" sangat berbeda dari, "Saya senang semua latihan ekstra dengan kiper terbayar! Saya merasa siap untuk mencetak gol itu!"
- Membaca bahasa tubuh orang lain. Apakah orang memutar mata saat Anda berbagi? Apakah mereka tampaknya mengabaikan Anda? Ini adalah indikasi yang jelas bahwa Anda biasanya menghabiskan



banyak waktu untuk membicarakan diri sendiri dan membagikan semua hal yang Anda capai.



Memberdayakan

15 menit

Jelaskan bahwa kelas sekarang akan menyaring pernyataan untuk memutuskan apakah mereka benar-benar seorang "HumbleBrag" atau apakah mereka benar-benar mengumumkan suatu pencapaian. Mereka yang menerima HumbleBrag akan menulis ulang pernyataan tersebut untuk menunjukkan kerendahan hati dan keberanian sejati. Fokusnya adalah pada pencapaian Anda dan orang lain, bukan membangun diri Anda dari pernyataan itu sendiri. Tujuannya adalah untuk merasa bangga pada diri sendiri hanya dari pencapaiannya. Berbagi pencapaian Anda hanyalah "lapisan gula pada kue".

Bagilah kelas menjadi beberapa kelompok kecil. Berilah setiap kelompok salah satu pernyataan berikut. Mintalah mereka memutuskan mengapa itu HumbleBrag dan bertukar pikiran tentang cara alternatif untuk berbagi pencapaian dengan cara yang lebih lugas dan rendah hati.

- "Senang sekali rambut rockstar saya tidak menutupi wajah saya saat saya melewati garis finis pertama akhir pekan ini di pertemuan lintas negara!"
- "Senang akhirnya bisa istirahat setelah mengalahkan tim debat lain seorang diri! #wordsaremylife"
- "Tidak pernah tahu saya sangat pandai matematika sampai saya mendapatkan ujian sempurna ke-5 berturut-turut. #mathmadeeasy"
- "Menyaksikan orang-orang berjatuhan di seluruh proyek sains saya, tetapi saya masih tidak mengerti mengapa saya menang!"
- "Mengapa saya memenangkan peran dalam drama sekolah tepatnya? Aku bahkan belum pernah berakting sebelumnya!"



Mencerminkan

5-7 menit

Pandu kelas dalam diskusi tentang kerendahan hati.

Apa yang membuat konsep ini begitu sulit?

Bagaimana Anda bisa membagikan pencapaian Anda sambil menghindari "HumbleBrag" yang ditakuti?

Bagaimana dibutuhkan keberanian untuk memimpin dengan kerendahan hati?

Jika konsep ini terasa sangat sulit, Anda benar! Banyak, banyak orang dewasa bergumul dengan konsep ini dan Anda bahkan mungkin bertemu orang lain dalam hidup Anda yang tidak terlalu menghargai, jika ada nilai positif pada sifat ini. Namun, bersikap rendah hati dan baik daripada sombong dan sombong dapat membantu orang-orang di sekitar Anda merasa lebih baik tentang diri mereka sendiri dan meningkatkan suasana keseluruhan kelompok, sekolah, dan bahkan komunitas Anda! Minggu ini gunakan keberanian untuk mempraktikkan kerendahan hati setidaknya dalam satu situasi di mana Anda ingin berbagi pencapaian. Pikirkan tentang BAGAIMANA Anda membagikan sesuatu. Bagaimana Anda bisa menggunakan kerendahan hati untuk bangga pada diri sendiri tanpa menyombongkan diri?

