

# 投身于感恩之中

课堂之外的仁慈™  
整个团体 • 选项 3 • 关怀

课程时间

15-20日 分钟s

材料

- 沙滩球(或其他可抛掷的轻球)
- 关爱海报(可选)



## 分享

讨论关心他人是我们每天都可以练习的事情。当别人关心我们时，我们可以用感恩来感谢他们。当有人关心我们时，我们的感觉称为感恩。定义关怀：关怀是对他人的感受和关心。（如果需要，请出示关爱海报。）

集思广益地讨论你关心他人的不同方式。

- 你如何照顾家里的人？
- 你如何关心你班上或我们项目中的人？

确保包括来自不同年龄段的答案。



## 启发

我们每天都会受到这样或那样的照顾，但我们可能没有意识到。我们如何感谢他人以善意的方式帮助我们，就是我们表达感激之情的方式。感谢他人关心的言语和行动非常重要。表达感激之情的方式有很多很多。

说明今天我们将找出不同的方式来表达对那些关心我们的人的感激之情。请记住，您可以通过行动和言语表达感激之情。当别人关心你时，开始考虑不同的方式来表达你的感激之情。你怎样才能超越所要求的“谢谢”？



## 赋能

我们还可以通过向关心我们、善待我们的人“大声喊叫”来表达我们的感激之情。告诉人们你对他们心存感激，感觉很好。那么，我们现在就开始吧！作为一大群人，在你的房间里围成一个大圆圈。从成人开始，将沙滩球扔给房间里的某个人。当你抛球时，完成以下提示：“我很感激 \_\_\_\_\_（此处插入姓名），因为……”当每个人接住球时，他们必须完成提示并将其扔给没有机会回答的人。

重复直到每个学生都有机会参与。



## 反映

引导整个小组围绕关怀和感恩进行对话。

- 别人如何关心我们？
- 什么是感恩？
- 我们如何对那些在一天中帮助我们的人表示感谢？
- 如果我们从不对与我们一起生活的人表达感激之情，会发生什么？他们会有什么感觉？

