

Kartu Afirmasi Diri

KEBAIKAN DI LUAR KELAS™
KECIL KELOMPOK • PILIHAN 1 • KEBERANIAN

Jangka Waktu Pelajaran

25-30 menit

Bahan

- ❑ 3 kartu indeks/siswa
- ❑ Pensil/Spidol
- ❑ Keberanian poster (opsional)



Membagikan

Definisi keberanian: KEBERANIAN ADALAH BERANI KETIKA MENGHADAPI KEADAAN BARU ATAU SULIT. (Tunjukkan poster Keberanian jika diinginkan.) Kita sering berpikir tentang keberanian sebagai kuat dan tak kenal takut. Namun, keberanian juga berarti tetap setia pada diri sendiri dan merangkul apa yang membuat Anda berbeda, daripada menyembunyikannya, yang terkadang terasa menakutkan atau sulit. Sebagai kelompok, pikirkan satu hal unik tentang setiap orang dalam kelompok:

- Apa satu hal unik tentang Anda yang mungkin tidak diketahui orang lain?

Jika waktu memungkinkan, mintalah setiap orang dalam kelompok Anda menjawab. Jika tidak cukup waktu atau kelompok Anda terlalu besar, targetkan 5-10 jawaban dari berbagai usia.



Mengilhami

Mungkin terdengar konyol, tapi butuh keberanian untuk menjadi diri sendiri. Sebagian besar dari kita tidak memikirkan bagaimana kita memperlakukan diri kita sendiri, tetapi kebaikan sebenarnya dimulai dengan hal-hal yang Anda katakan dan lakukan terlebih dahulu kepada diri sendiri! Jika Anda tidak bisa baik pada diri sendiri, bagaimana Anda bisa berharap baik pada orang lain? Jadi bagaimana ini terhubung dengan keberanian? Dibutuhkan keberanian untuk menjadi ANDA setiap saat!



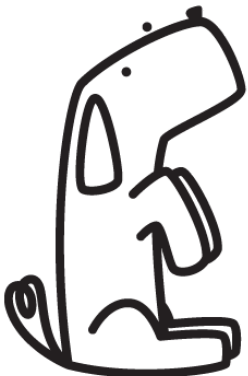
Memberdayakan

Jelaskan bahwa hari ini setiap siswa akan membuat kartu Afirmasi Diri yang dapat kita bacakan dengan lantang setiap hari. Ini adalah pernyataan tentang diri kita yang mengangkat kita, memberi kita kegembiraan, dan mengingatkan kita mengapa kita begitu istimewa. Bagilah kelompok menjadi beberapa kelompok kecil berdasarkan kelas (PK-2 dan 3-6).

Di kelompok yang lebih muda, Setiap siswa akan membuat 3 kartu berbeda yang menjawab pertanyaan, “Saya istimewa karena...”

Di kelompok yang lebih tua, setiap siswa akan menulis 3 afirmasi (pernyataan semangat) tentang diri mereka sendiri. Mereka harus benar dan spesifik. (Contoh: “Saya keren!” tidak spesifik. “Saya pemain piano yang hebat” lebih baik!)

- Jika waktu mengizinkan, ajaklah siswa menggunakan keberanian untuk membacakan dengan lantang setidaknya satu kartu bersama kelompok mereka.
- Kirim kartu ke rumah dan dorong siswa untuk meletakkannya di tempat di mana mereka dapat membacanya setiap pagi saat mereka bersiap untuk sekolah (di bawah bantal, di samping tempat tidur, di kamar mandi).cermin, dll.)





Mencerminkan

Pandu percakapan tentang KEBERANIAN untuk bersikap baik kepada diri sendiri.

- Bagaimana dibutuhkan keberanian untuk bersikap baik kepada ANDA?
- Bagaimana perasaan Anda ketika Anda memikirkan atau mengatakan hal-hal negatif tentang diri Anda?
- Apa yang dapat kita lakukan jika kita melihat atau mendengar teman kita menggunakan kata-kata negatif untuk mendeskripsikan dirinya? (Saya bodoh, saya tidak akan pernah mengetahuinya, dll.)