

# Caring



Halo Orang Tua dan Wali,  
Selamat datang di Unit 2 Kebaikan kami dalam kurikulum Kelas. Selama 4-6 minggu ke depan kita akan belajar semua tentang PEDULI. Karena ini adalah konsep yang sangat akrab bagi anak-anak seusia ini, kami akan memperluas topik-topik berikut:

TEMA	PERTANYAAN YANG AKAN KAMI JELAJAHI	BAGAIMANA ANDA DAPAT MEMBANTU DI RUMAH
<b>Perawatan diri</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bagaimana kita dapat meningkatkan tingkat perawatan diri pribadi kita? Bagian mana dari rutinitas harian kita yang menunjukkan semacam perawatan diri?</li> </ul>	Bicaralah dengan anak Anda tentang betapa pentingnya perawatan diri saat Anda tumbuh dewasa. Diskusikan konsekuensi perawatan diri yang buruk (gigi berlubang, masalah kulit, dll.)
<b>Kegunaan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bagaimana kita dapat menggunakan waktu dan bakat kita untuk membantu orang lain, bahkan tanpa diminta? Bagaimana membantu tanpa meminta mengilhami kebaikan dalam keluarga kita?</li> </ul>	Diskusikan berbagai cara anak Anda dapat membantu di rumah. Area apa yang membutuhkan lebih banyak bantuan dan bagaimana mereka dapat membantu dengan cara yang menurut Anda benar-benar membantu?
<b>Rasa syukur</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bagaimana kata-kata dan tindakan kita menunjukkan kepada orang lain bahwa kita berterima kasih atas diri mereka dan apa yang mereka lakukan untuk kita?</li> </ul>	Bantu anak Anda berlatih menunjukkan rasa terima kasih kepada orang dewasa dan anak-anak dihidup mereka menggunakan kata-kata yang baik.
<b>Kasih sayang</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bagaimana kita menunjukkan belas kasih kepada orang lain seusia kita? Bagaimana kita menunjukkan belas kasih kepada orang dewasa yang sedang berjuang? Seperti apakah welas asih bagi Anda?</li> </ul>	Bicaralah dengan anak Anda tentang orang-orang di sekolah mereka yang mungkin sedang berjuang. Brainstorm cara mereka dapat menunjukkan kasih sayang untuk mereka.
<b>Empati</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apa itu empati? Bagaimana welas asih dan empati terhubung?</li> </ul>	Hubungkan anak Anda dengan peluang bagi mereka untuk merasakan empati terhadap orang lain yang mengalami situasi serupa. Contoh- berbicara dengan seorang teman yang sedang mengalami perceraian, membuat kartu sembuh untuk teman yang sakit, dll.

### Aktivitas utama yang akan kami lakukan:

- Identifikasi strategi perawatan diri yang berhasil!
- Kembangkan strategi untuk membantu merawat teman!
- Tulis surat untuk diri mereka sendiri yang menginspirasi belas kasih dan tindakan komunitas!
- Latih empati melalui skenario sekolah/komunitas umum!

**Jika Anda memiliki pertanyaan tentang kami *Kebaikan di Kelas* pelajaran, jangan ragu untuk menghubungi saya kapan saja. Kita berada di jalur kebaikan ini bersama!**

Sungguh-sungguh,

### COBA INI DI RUMAH!

Buat poster Family Take Five di rumah untuk mencerminkan apa yang dipelajari anak Anda di kelas. Mintalah mereka memandu Anda melalui aktivitas tersebut. Tujuan utamanya adalah memiliki 5 cara yang jelas untuk menenangkan diri selama masa stres.