

Membuat Permintaan Maaf yang Tulus

Pelajaran ini membantu siswa mempelajari langkah-langkah konkret untuk membuat permintaan maaf yang tulus. Pelajaran memberi mereka kesempatan untuk memainkan peran langkah-langkah dalam berbagai situasi dan mempersiapkan mereka untuk Pelajaran #4 yaitu tentang pengampunan.

MerawatSub-Konsep

Kasih sayang, Kebaikan

Jangka Waktu Pelajaran

45 menit

Bahan yang Dibutuhkan

- ❑ Baca tentang penelitian Rob Lewicki tentang permintaan maaf: <https://news.osu.edu/news/2016/04/12/effective-apology/>
- ❑ Kesehatan Anak: <http://kidshealth.org/en/kids/sorry.html>

Peta Standar

Pelajaran ini selaras dengan Kompetensi CASEL, Standar Pendidikan Kesehatan Nasional, dan Standar Negara Inti Umum. Silakan merujuk ke Peta Standar untuk informasi lebih lanjut.



**DITUNJUK OLEH CASEL
SEBAGAI PROGRAM YANG
DIREKOMENDASIKAN
UNTUK PEMBELAJARAN SOSIAL DAN
EMOSIONAL.**

Lihat halaman terakhir untuk detailnya.

Memicu peringatan: Berbicara tentang emosi dan situasi di mana emosi yang kuat muncul dapat menyebabkan siswa mengungkapkan informasi pribadi yang mungkin memerlukan tindak lanjut oleh Anda sendiri atau konselor sekolah. Jika seorang siswa mengungkapkan informasi atau reaksi yang mengkhawatirkan, harap ketahui protokol sekolah Anda untuk memberikan dukungan dan sumber daya. Sebelum kelas, cari tahu kebijakan sekolah tentang melaporkan kekhawatiran tentang kesehatan mental siswa kepada konselor atau administrator sekolah.

Tujuan Pelajaran

Siswa akan:

- Identifikasi cara untuk memberikan permintaan maaf yang tulus.
- Hubungkan pentingnya dan dampak permintaan maaf dengan kepedulian dan rasa hormat.

Koneksi Guru / Perawatan Diri

Tindakan welas asih kepada orang lain seringkali tampak mudah bagi orang dewasa saat kita menonton film dokumenter yang mengharukan atau siaran berita. Namun, perjuangan untuk menunjukkan kasih sayang dalam komunitas kita sendiri terkadang sedikit lebih sulit. Kami menjadi kebal terhadap tunawisma dengan tanda atau ibu tunggal yang berjuang dengan paket. Minggu ini fokuslah pada komunitas, sekolah, dan bahkan ruang kelas Anda. Siapa yang mungkin membutuhkan yang mungkin Anda abaikan di masa lalu? Memanggil belas kasih Anda ke lingkungan terdekat Anda benar-benar dapat meningkatkan konektivitas dengan siswa Anda, rekan Anda, dan komunitas Anda secara keseluruhan. Saat kita terhubung, kita hadir, jadi lihatlah sekeliling. Siapa yang telah jatuh melalui celah? Bagaimana belas kasih Anda dapat membantu Anda tetap terhubung dengan sekolah Anda?

Kiat untuk Pembelajar yang Beragam

- Berilah siswa salinan dari empat langkah untuk meminta maaf sebagai referensi.

- Mintalah siswa bermitra dengan seseorang yang dapat menjelaskan skenario.
- Mintalah siswa menanggapi atau menulis dalam jurnal mereka tentang skenario untuk memperkuat pembelajaran.



Membagikan

3-5 menit

Oke! Dalam pelajaran terakhir kami, kami berbicara tentang cara berkomunikasi dengan orang lain. Apa tiga cara di mana kita bisa berkomunikasi?

Ajak tanggapan siswa: pasif, agresif, dan asertif.

Dengan cara komunikasi apa kita dapat menunjukkan rasa hormat dan perhatian yang terbaik kepada orang lain? Menjawab: Asertif

Bagaimana lagi kita berkomunikasi?

Komunikasi nonverbal; mengajak siswa untuk memberikan contoh.



Mengilhami

5-7 menit

Hari ini kita akan berbicara tentang bagian penting lain dari komunikasi: seni permintaan maaf!

Semua orang membuat kesalahan - dewasa, anak-anak, pemimpin - semua orang. Terkadang kita langsung menyesali tindakan atau perkataan kita, terkadang butuh waktu, dan terkadang kita tidak pernah sampai di sana. Tetapi ketika kita menyadari bahwa kita telah melakukan kesalahan, penting untuk menebus kesalahan orang yang telah kita salahkan.

Hari ini kita akan mempelajari beberapa langkah menuju permintaan maaf yang tulus. Angkat tangan Anda jika Anda pernah meminta maaf secara tidak tulus kepada seseorang? Seseorang yang baru saja mengatakan "Maaf!" tetapi Anda tahu mereka tidak bersungguh-sungguh? Bagaimana rasanya? Undang tanggapan siswa.

Terkadang sulit untuk meminta maaf! Menurut Anda mengapa sulit untuk mengatakan, "Saya minta maaf" kepada seseorang? Undang tanggapan siswa.

Jika permintaan maaf dibuat terlalu cepat, terkadang orang yang meminta maaf belum siap untuk meminta maaf. Permintaan maaf harus tulus dan dari hati.

Tulis "4 Langkah untuk Meminta Maaf" di papan tulis:

1. Sadarilah bahwa Anda melakukan sesuatu yang salah.
2. Mohon maaf lahir dan batin.
3. Jelaskan dirimu.
4. Membuat rencana masa depan.

Ada empat langkah untuk meminta maaf. Langkah pertama dimulai dengan Anda.

1. Sadarilah bahwa Anda perlu meminta maaf. Ini bisa memakan waktu cukup lama. Jika Anda belum siap dan seseorang menyuruh Anda

untuk meminta maaf, tidak apa-apa untuk mengatakan sesuatu seperti, "Saya masih sangat marah dan saya belum siap untuk meminta maaf. Bisakah kita membicarakan ini setelah aku tenang?"

2. Akui Anda salah dan berikan permintaan maaf yang tulus. Katakan secara spesifik apa yang Anda lakukan salah. Jujurlah semampu Anda.
3. Jelaskan mengapa Anda bertindak seperti itu. Jika Anda melakukan kesalahan, jelaskan alasannya. Semua orang membuat kesalahan. Mungkin Anda sedang marah, mengalami hari yang buruk karena sesuatu yang terjadi di rumah, atau sangat lelah; hanya membiarkan seseorang tahu apa yang terjadi.
4. Buatlah rencana untuk memperbaikinya. Ini bisa bersifat umum seperti, "Saya akan mencoba untuk tidak melakukannya lagi," atau spesifik seperti, "Izinkan saya menebusnya dengan membelikan Anda pengikat baru seperti yang saya tumpahkan air".



Memberdayakan

10-15 menit

Permainan Peran Permintaan Maaf

Ajaklah siswa untuk maju ke depan kelas dan memerankan permintaan maaf dengan menggunakan empat langkah. Gunakan beberapa skenario di bawah ini atau buat skenario yang lebih spesifik untuk siswa Anda. Anda tidak perlu meminta mereka menunjukkan ketidaksepakatan, hanya permintaan maaf.

skenario 1

Dua siswa berdebat tentang tim olahraga mana yang lebih baik. Satu orang mengatakan orang lain bodoh karena berpikir bahwa tim mereka lebih baik.

Skenario 2

Seorang guru marah kepada seorang siswa karena mereka tidak menyelesaikan pekerjaan yang harus diselesaikan hari itu. Siswa tersebut tidak dapat menyelesaikan pekerjaannya karena salah satu anggota keluarganya sakit. *(Ini bagus untuk interaksi guru; penting bagi siswa untuk melihat guru meminta maaf juga.)*

Skenario 3

Dua siswa berjalan melewati satu sama lain dan satu secara tidak sengaja menabrak yang lain.

Skenario 4

Dua sahabat dekat sedang membicarakan sesuatu yang sangat pribadi. Teman pertama meminta yang kedua untuk tidak mengatakan apapun kepada orang lain. Teman kedua memberi tahu orang lain apa yang dikatakan teman itu.

Diskusi

- Apakah ada situasi di mana kedua orang perlu meminta maaf?
- Dalam beberapa situasi, itu tidak disengaja, tetapi dalam situasi lain itu disengaja. Bagaimana permintaan maaf terdengar sama atau berbeda?
- Jika Anda meminta maaf kepada seseorang, dan mereka tidak langsung menerima permintaan maaf Anda, apakah boleh atau tidak? Mengapa mereka tidak langsung menerima permintaan maaf

Anda? (Ini adalah pertanyaan yang bagus untuk beralih ke pelajaran selanjutnya tentang pengampunan).



Mencerminkan

5-7 menit

Untuk mengukur pemahaman materi, pilih dari pertanyaan evaluasi atau refleksi sebagai petunjuk diskusi, penulisan, atau jurnal. Pertimbangkan untuk menyediakan waktu tambahan untuk evaluasi dan refleksi yang lebih dalam sesuai kebutuhan.

Pertanyaan Evaluasi

- Apa itu permintaan maaf?
- Bagaimana langkah-langkah meminta maaf?
- Bagaimana permintaan maaf menunjukkan rasa hormat?

Pertanyaan Refleksi

- Apakah selalu penting untuk meminta maaf jika Anda melakukan kesalahan? Mengapa atau mengapa tidak?
- Bagaimana perasaan Anda ketika Anda mendapatkan permintaan maaf yang tulus dari seseorang? Bagaimana perasaan Anda ketika Anda memberikannya?
- Apakah boleh meminta seseorang untuk meminta maaf kepada Anda? Mengapa atau mengapa tidak?

Meminta maaf adalah tindakan kebaikan kepada diri sendiri dan orang lain. Saat kita meminta maaf dengan tulus, dengan menggunakan empat langkah meminta maaf, kita memperbaiki hubungan kita dengan seseorang dan itu membuat hubungan kita di masa depan menjadi lebih kuat! Seseorang mungkin tidak langsung menerima permintaan maaf Anda karena perlu beberapa saat agar rasa sakitnya hilang. Tidak apa-apa. Yang penting adalah Anda meminta maaf dan mereka tahu Anda menyesal.



Ide Ekstensi

- Cetak dan tetapkan Aktivitas Perluasan Rumah di bawah ini.



DITUNJUK OLEH CASEL
SEBAGAI PROGRAM YANG
DIREKOMENDASIKAN
UNTUK PEMBELAJARAN
SOSIAL DAN EMOSIONAL.

Kolaborasi untuk Pembelajaran Akademik, Sosial, dan Emosional (**KASEL**) telah meninjau program SEL berbasis bukti sejak tahun 2003. Kindness in the Classroom® memenuhi Program SElect CASEL dan disertakan dalam Panduan CASEL untuk Program Pembelajaran Sosial dan Emosional yang Efektif.

Kebaikan di Kelas® memenuhi atau melampaui semua kriteria CASEL untuk pemrograman SEL berkualitas tinggi. Kebaikan di Kelas® menerima sebutan tertinggi CASEL untuk pemrograman SEL berkualitas tinggi.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

Kegiatan Perluasan Rumah

Nama

Kembali oleh

Sebagai bagian dari program Random Acts of Kindness, kami telah berbicara di kelas tentang apa artinya berkomunikasi dengan cara yang positif dan tegas serta bagaimana menunjukkan pengampunan.

Arah: Tanyakan kepada siswa Anda tentang perbedaan antara komunikasi agresif, pasif, dan asertif. Kemudian bahaslah pertanyaan-pertanyaan berikut dan tulis (atau mintalah siswa Anda menulis) tanggapan di bawah atau di belakang dan kembali ke sekolah pada tanggal yang ditunjukkan:

Bagaimana kita bisa berkomunikasi dengan cara yang positif?

Bagaimana kita bisa saling memaafkan?

Apa beberapa langkah yang dapat kita ambil untuk berkomunikasi dengan cara yang lebih positif?
