

# 善意链

课堂之外的仁慈™  
仁慈提升 • 选项 1 • 包容性

课程时间  
25-30分钟

- 材料
- 给每个参与者一张纸条。
  - 铅笔、钢笔等
  - 用于构建纸链的胶带或胶棒
  - 包容性海报(可选)



## 分享

讨论仁慈与包容之间的联系。定义包容性:包容性就是包容他人、邀请他们加入并张开双臂欢迎他们。(如果需要,请展示包容性海报。)作为一个团队,找出有助于我们包容他人的友善行为。当新人加入我们时,你们如何接纳他们?如何将那些你可能不经常一起玩的人包括在内?

目标是让 2-3 名志愿者回答每个问题。



## 启发

当我们选择善良时,我们自然而然就会包括其他人!当我们选择善意的言语和行为时,我们就包容了他人。善良是会传染的。当我们收到善意的话语时,我们自我感觉良好。这样我们就更有可能与他人分享善意的话。回想一下当你真正感受到融入的时候,即使你是新来的。我们此计划的目标是让每个人每次进来都有这种感觉!

说明今天我们将创建善意链,以便每天在我们在一起的时候分享善意。



## 赋能

为每个参与者提供一张纸条。他们会写一篇友善且鼓舞人心的句子来回答以下问题:我们如何善待他人以增加我们计划的包容性?(例如:我们邀请一位新学生在吃零食的时候坐在我们旁边。)

- 项目工作人员可以充当无法独立写出答案的学生的抄写员。

如果可能的话,将所有链条连接起来并挂在房间里。每天抄下几篇并大声朗读,以激励团队以各种方式变得友善和包容。



## 反映

当我们包容他人时,我们会选择善意的言语和行动,张开双臂欢迎他们。

- 您的善意链中包含了哪些善意的词语/短语?
- 当新朋友选择友善的言语和行为来帮助您感到受欢迎时,您有何感受?
- 如果您的不尊重言论或行为让某人感到被忽视,您该怎么办?

