

# 人链

课程时间

15-20分钟s

材料

□ 勇气 海报(可选)

课堂之外的仁慈™  
整个团体 • 选项 2 • 勇气



## 分享

勇气的定义:勇气就是面对新的或困难的情况时表现出勇敢。(如果需要,请出示“勇气”海报。)坚持自己的信仰需要勇气。即使别人没有善待我们,也需要勇气表达善意。作为一个小组,集思广益一些可能需要勇气友善的情况。

- 在什么情况下你可能更难表现出友善?
- 即使你受到愤怒或仇恨,你如何能够鼓起勇气以善意回应?

目标是获得 2-3 个不同年龄段的回答。



## 启发

有时,善待他人可能非常困难。即使别人很刻薄,你也可以选择通过善良来表现勇气。当你向别人表达善意时,你可能会惊讶地发现他们改变有多快!我们可以通过以下一些方式向他人表达善意:

- 善举:这包括您的肢体语言。你的手臂是垂在身体两侧,表现出开放和友善,还是交叉并闭合?你的脸是皱着眉头,还是在他们说话时试图表现出善意?
- 美言:这包括您在收到刻薄和不友善的言语后选择说的话。你会用同样伤人的话语进行回击,还是会选择善意的话语?

在任何情况下,你都可以勇敢并运用勇气将你的言语和行动集中在仁慈上。



## 赋能

说明今天我们要玩一个集体游戏,叫“人链”。我们小组中的每个人都会思考关于自己的一件事。这可以是您拥有的特殊才能、你喜欢做的一项运动或其他活动、您的家庭或文化的特殊之处等等。今天我们将共同努力形成一个人链,展示当我们在一起时,我们实际上有多少共同点。勇敢地分享我们自己。

- 让小组中的一名成年人站起来并宣布他们的一件特别的事情、活动等。
- 如果任何坐下的人分享了这项才能,也喜欢这项活动等,他们就会站起来并与站立的人挽臂。一旦一个人与演讲者建立联系,他们就会宣布他们的特殊才能、活动等。每一轮只有一个人可以建立联系。鼓励孩子选择足够广泛的类别,以便其他人能够联系起来。
- 继续下去,直到整个团队形成一条巨大的人链!如果您与派系或他人有问题选择不链接配备扬声器,每轮设置 5 秒计时器。



## 反映

引导与同伴讨论“勇气”。

- 为什么您不想在一大群人中分享一些关于您自己的个人信息?
- 即使你宁愿沉默,你又能做什么来表现出勇气呢?

