

# Keberanian

Ini adalah minggu pertama unit Keberanian kami. Siswa akan fokus pada keberanian dan bagaimana hal itu berhubungan dengan subkonsep kerentanan saat kita mengambil risiko untuk jujur pada diri sendiri.

Mulailah unit dengan pelajaran seluruh kelas dan kemudian targetkan untuk menyelesaikan setidaknya dua pelajaran mini dengan siswa Anda sepanjang minggu. Setiap pelajaran mini dirancang untuk menyajikan unsur pelajaran utama dengan cara yang baru dan menarik.

## Pelajaran Utama

**Pelajaran Seluruh Kelas**  
30 menit



### Identitas Round Robin

Siswa akan meninjau konsep keberanian dan kerentanan dan mempraktikkan konsep ini dengan menjawab pertanyaan yang semakin sulit tentang diri mereka sendiri dengan teman sebayanya. *(Lihat halaman 2 untuk rincian pelajaran.)*

## Pelajaran Mini

**Untuk Grup Kecil**  
15 menit



### Tetap Setia pada ANDA

Bagilah kelas menjadi kelompok-kelompok kecil beranggotakan 4-6 orang. Dengan menggunakan skenario yang disediakan (lihat di bawah), mintalah setiap kelompok kecil membuat permainan peran untuk mendemonstrasikan bagaimana menggunakan kerentanan dan keberanian untuk tetap setia pada diri mereka sendiri.

**Untuk Mitra**  
15 menit



### Bakat Tersembunyi

Bersama pasangan, bagikan bakat terpendam yang Anda miliki. Cobalah untuk fokus pada sesuatu yang tidak diketahui banyak orang tentang Anda! Dibutuhkan keberanian untuk menjadi rentan saat mendiskusikan apa yang membuat Anda unik!

**Untuk Individu**  
15 menit



### Menghadapi Ketakutan

Buatlah daftar 5 hal yang membuat Anda takut. Apa kesamaan mereka semua (kehilangan kendali, takut kerumunan besar, dihakimi, dll)? Tulis satu penegasan positif untuk membantu Anda melawan ketakutan ini dan menggunakan keberanian untuk maju. Ini adalah awal kalimat jika diperlukan: I will \_\_\_\_\_ to help me \_\_\_\_\_.

**Berfokus pada Teknologi**  
15 menit



### Avatar Pribadi

Buat avatar Anda sendiri. Banyak avatar yang bisa kita pilih dalam game dan program sangat terbatas! Jika Anda dapat mendesain avatar yang menangkap keunikan Anda, salah satu dari jenis keistimewaan Anda, seperti apa tampilannya? Bagikan avatar Anda dengan kelas dan jelaskan pilihan Anda.

# Identitas Round Robin

Siswa akan meninjau konsep keberanian dan kerentanan dan mempraktikkan konsep ini dengan menjawab pertanyaan yang semakin sulit tentang diri mereka sendiri dengan teman sebayanya.

**Jangka Waktu Pelajaran**

30 menit

**Bahan yang Dibutuhkan**

- ❑ Tidak ada bahan yang diperlukan untuk pelajaran ini

**Peta Standar**

Pelajaran ini sejalan dengan Kompetensi CASEL, Standar Pendidikan Kesehatan Nasional, Masyarakat Internasional untuk Teknologi dalam Standar Pendidikan, bila berlaku, dan Standar Negara Inti Umum. Silakan merujuk ke [Peta Standar](#) untuk informasi lebih lanjut.

**Tujuan Pelajaran**

Siswa akan:

- Jelajahi hubungan antara keberanian dan kerentanan.
- Periksa seperti apa keberanian dalam hidup mereka sendiri dan bagaimana menggabungkan berbagai momen berani untuk bergerak maju.

**Koneksi Guru / Perawatan Diri**

Selamat datang di unit Keberanian, unit terakhir tahun ini! Kerja bagus mengerjakan kurikulum ini dengan siswa Anda! Pikirkan semua yang telah mereka pelajari dan semua cara Anda melihat mereka menunjukkan rasa hormat, kepedulian, inklusivitas, integritas, dan tanggung jawab sepanjang tahun. Sekarang Anda bisa menunjukkan kepada mereka seperti apa keberanian dan kebaikan itu. Kombinasi yang sangat kuat! Kita mungkin tidak secara alami berpikir tentang keberanian dan kebaikan bersama, tetapi kenyataannya, kebaikan adalah bentuk keberanian yang paling utama. Ini adalah keberanian untuk bersikap baik kepada diri sendiri dan orang lain (terutama jika kita tidak menyukainya). Apakah Anda membutuhkan suntikan keberanian pada saat ini di tahun ini? Apakah semakin sulit untuk bersikap baik dan sabar?

Apakah Anda memiliki tekanan tambahan untuk menyelesaikan semuanya pada akhir tahun? Apakah lebih mudah untuk meluncur melalui Mei dan Juni? Mungkin. Tapi, jadilah kuat dan miliki keberanian; Anda akan berhasil dan begitu juga siswa Anda. Berjalanlah dengan berani menuju minggu-minggu terakhir; tuangkan kebaikan ekstra kepada siswa Anda, terutama mereka yang benar-benar bertahan di sana sepanjang tahun. Mereka membutuhkan kekuatan Anda sekarang lebih dari sebelumnya. Jadilah ekstra baik untuk diri sendiri juga. Kau berhasil. Anda melakukannya. Satu tahun lagi hampir di buku dan Anda jauh lebih baik untuk itu. Pikirkan semua yang telah Anda lakukan, pelajari, dan alami. Perhatikan bagaimana hal itu telah mengubah pendekatan dan pola pikir pengajaran Anda. Bagaimana Anda menjadi guru yang lebih baik hari ini daripada di awal tahun? Tidak ada yang lebih berani di kelas Anda selain Anda. Rangkullah dan bergerak dengan berani, maju terus!



## Membagikan

5-7 menit

Kami telah tiba di unit terakhir kami tahun ini: Keberanian! Sekarang setelah Anda melewati sekolah menengah hingga selesai, pengalaman harian Anda dengan kebutuhan akan keberanian bersifat eksponensial! Banyak dari Anda mendapati diri Anda menggunakan keberanian saat membela apa yang Anda yakini, membantu orang lain yang diintimidasi atau dikucilkan, dan bahkan menemukan kekuatan untuk menahan godaan untuk berpartisipasi dalam pilihan yang bertentangan dengan keyakinan atau kode moral Anda sendiri.

Pikirkan kembali saat Anda dapat menggunakan keberanian dalam salah satu situasi yang disebutkan. Bagikan contoh Anda dengan tetangga.

(Berikan waktu untuk berbagi.)



## Mengilhami

4-6 menit

Tahun-tahun pertengahan ini penuh dengan kesempatan untuk melatih keberanian karena kami terus meningkatkan waktu kami jauh dari keluarga kami dan memperluas lingkaran sosial kami ke lebih banyak orang yang memiliki keyakinan dan perspektif yang berbeda dari diri kami sendiri.

Salah satu komponen yang diperjuangkan banyak orang di bawah judul keberanian adalah konsep kerentanan. Meskipun fokus tahun-tahun sekolah menengah sering kali adalah mencari cara untuk "menyesuaikan diri", dibutuhkan keberanian untuk bersedia "menonjol", membuat diri Anda rentan terhadap apa yang mungkin dipikirkan dan dikatakan orang lain. Kerentanan menunjukkan kepada dunia warna asli Anda, apa yang membuat Anda istimewa dan unik, meskipun mungkin tidak cocok secara langsung dengan orang lain di sekitar Anda. Ini termasuk komponen internal dan eksternal diri Anda. Keyakinan Anda, moral Anda, keputusan pribadi Anda dalam berbagai situasi, dan bahkan kesediaan untuk mencoba sesuatu ketika orang lain enggan adalah aspek kerentanan yang berbeda. Anda bersedia mengambil risiko bahwa orang lain mungkin bereaksi negatif berdasarkan keputusan Anda, tetapi Anda cukup berani untuk tetap setia kepada Anda, terlepas dari apa yang dipikirkan atau dikatakan orang lain!

Pikirkan tentang saat ketika Anda tetap setia kepada Anda; mungkin itu adalah pilihan mode, olahraga atau aktivitas yang tidak dilakukan orang lain, atau keputusan yang tidak sejalan dengan apa yang dilakukan orang lain. Bagaimana rasanya menjadi begitu rentan? Apakah orang lain bereaksi negatif? Jika demikian, bagaimana Anda menggunakan keberanian untuk tetap setia kepada Anda?



## Memberdayakan

15 menit

Jelaskan bahwa kelas sekarang akan memainkan permainan yang disebut “Identity Round Robin” untuk melatih keberanian dan kerentanan saat setiap orang berbagi informasi pribadi dengan anggota kelas lainnya. Pertanyaan dimulai dengan mudah dan meningkatkan kerentanan saat putaran berlanjut.

Arah:

- Bagilah kelas menjadi dua kelompok genap. Jika ada siswa tambahan, guru dapat berpartisipasi.
- Mintalah satu kelompok membentuk lingkaran menghadap ke luar. Mintalah kelompok lain membentuk lingkaran di sekeliling mereka dan berdiri menghadap lingkaran dalam. Setiap orang harus memiliki seseorang yang menghadap mereka dari kelompok lain.
- Jelaskan bahwa guru akan membacakan setiap pertanyaan dengan lantang. Setiap orang akan memiliki 10-20 detik untuk berbagijawaban dengan orang lain di depannya. Orang lain kemudian akan membagikan jawaban mereka juga. Ingat, ini adalah kesempatan Anda untuk berlatih menggunakan keberanian dan kejujuran dengan menjadi rentan. Pertanyaan-pertanyaan tersebut akan tampak mudah dijawab pada awalnya, tetapi kerentanannya akan meningkat saat kita bergerak maju.
- Setelah semua orang memiliki kesempatan untuk menjawab pertanyaan dengan pasangannya, lingkaran luar akan memindahkan satu orang ke kanan.
- Ulangi kegiatan tersebut dengan pertanyaan berikutnya.

Pertanyaan:

- Sebutkan makanan favoritmu dan alasannya.
- Sebutkan tim olahraga favorit Anda dan alasannya.
- Sebutkan band favorit Anda dan alasannya.
- Jelaskan saat ketika Anda merasa bangga menjadi bagian dari kelompok budaya.
- Jelaskan kebiasaan atau tradisi yang penting bagi Anda.
- Jelaskan saat ketika Anda didiskriminasi.
- Jelaskan bagaimana bagian dari identitas Anda ini memengaruhi keputusan atau pilihan baru-baru ini.
- Apa saja tanggung jawab yang Anda miliki terhadap keluarga atau teman Anda?
- Jelaskan bagaimana keluarga Anda telah memengaruhi identitas Anda atau siapa diri Anda.
- Apa hal baik yang dikatakan seseorang tentang Anda?
- Jelaskan orang atau orang lain yang telah memengaruhi identitas Anda.
- Anda juga dapat menulis pertanyaan khusus kelas jika diinginkan!



## Mencerminkan

5-7 menit

Setelah menyelesaikan kegiatan, ajukan pertanyaan berikut:

- Apakah Anda mempelajari sesuatu yang baru tentang seseorang yang tidak Anda kenal sebelumnya?
- Apakah sesuatu yang Anda katakan kepada orang lain mengejutkan Anda?
- Apakah sulit untuk menjawab salah satu pertanyaan? Mengapa atau mengapa tidak?
- Bagaimana Anda menggunakan keberanian untuk menjawab pertanyaan yang lebih sulit daripada yang lain?
- Apa saja cara agar kita dapat menghormati identitas orang lain?
- Bagaimana belajar tentang orang lain membantu kita menjadi lebih nyaman dengan diri kita sendiri yang rentan?

Minggu ini tantang diri Anda untuk keluar dari zona nyaman Anda di satu bidang kehidupan Anda. Ambil risiko dan gunakan keberanian untuk membuat diri Anda sedikit rentan saat membela sesuatu, mencoba sesuatu yang baru, atau menjadi sukarelawan di area baru. Setiap tindakan keberanian memberdayakan Anda untuk maju dan terus mengatasi ketakutan dan menantang ketidakadilan.