

善意桶

课堂之外的仁慈™
善意提升 • 选项1 • 尊重

课程时间
25-30分钟插入

- 材料
- ❑ 你的桶有多满？作者:Tom Rath (大声朗读选项位于 <https://youtu.be/mWe6Z3zFwoA>)
 - ❑ 尊重海报 (可选)



分享

讨论 KINDNESS 之间的联系和 尊重。尊重的定义: 尊重是仁慈地对待人、地方和事物。(如果需要, 请出示“尊重”海报。) 作为一个团队, 确定表现出尊重的善意行为。你如何对待你的家人, 你的朋友们, 或者 你们班有新学生吗? 请志愿者分享一种在课堂上表现善意的办法。目标是 2-3 名志愿者。



启发

当我们善待周围的人时, 我们自然会表现出对他们的尊重。我们每天都有很多机会表现善意。今天我们要读一本关于善良的书。阅读“你的桶有多满?” (或在线免费收听)。作为一个整体, 解决以下问题:

- 爷爷说我们每个人都有有一个看不见的水桶需要装满。这意味着什么?
- 在家里、在公共汽车上和在学校发生了什么事情来清空菲利克斯的水桶?
- 白天他的水桶会发生什么?



赋能

每个参与者都会创建一个个性化的存储桶。请参阅下面的模板。演示如何通过在水桶上写下或画出善意的行为并将其添加到水桶中来填满水桶。鼓励每个学生至少装满 3 个除了自己以外的桶。如果空间允许, 挂起你的善意桶, 让人们在到达该项目时为每天的活动添加善意。



反映

当我们尊重他人时, 我们就是在为他们的桶注入善意。有些行动会清空我们的水桶, 而另一些行动则会填满我们的水桶。请记住, 这不仅仅是关于您的水桶。

- 人们的言语或行为方式充满 你的桶?
- 人们的言语或行为方式空的 你的桶?
- 当你给人们的水桶装满水时, 你认为他们对你有什么感觉?
- 如果你的不尊重的言语或行为耗尽了别人的水桶, 你该怎么办?



