



บทเรียนด้านสังคม และอารมณ์ บทที่ 7

เรื่อง แบ่งปันอารมณ์

ผลที่คาดว่าจะได้รับ:	มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างมีคุณภาพ และด้วยกิจวัตรที่เข้าใจจิตใจผู้อื่น
ตัวชี้วัด:	มีและแสดงมนุษยสัมพันธ์ที่มีคุณภาพให้เห็นได้อย่างเด่นชัด
สาระการเรียนรู้:	การสื่อสาร: ฝึกใช้ทั้งภาษาพูดและภาษากาย เพื่อแสดงออกและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในแง่บวกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งต่อผู้อื่น และต่อพระเจ้าผ่านทางนมัสการและการอธิษฐาน
กลุ่มอายุ:	9-11 ปี
หัวข้อหลัก:	การเข้าใจตัวเอง
บทเรียน:	แบ่งปันอารมณ์
เวลาที่ใช้ในการสอน:	50 นาที

วัตถุประสงค์การเรียนรู้:

1. เด็กสามารถแสดงออกอารมณ์ของตัวเองออกมาให้ผู้อื่นรับรู้ได้อย่างชัดเจน
2. เด็กสามารถอธิบายได้ว่าการแสดงออกอารมณ์ของตัวเองออกมาเป็นสิ่งสำคัญในการสร้างมิตรภาพที่แน่นแฟ้น
3. เด็กสามารถอธิบายได้ว่าเขาดัดสันใจในการเลือกที่จะแบ่งปันอารมณ์กับผู้อื่นอย่างไร

อุปกรณ์การสอนที่ต้องใช้:

1. กระดาษ
2. ดินสอ
3. กระดาน และปากกาไวท์บอร์ด
4. ดอกไม้สด หรือรูปดอกไม้ (มีหรือไม่มีก็ได้)

สิ่งที่ผู้สอนต้องเตรียม:

1. อ่านและศึกษาบทเรียนทั้งบทให้จบ
2. อธิษฐานเผื่อเด็กๆ ในการเรียนรู้เรื่อง
3. เตรียมอุปกรณ์การสอนที่ต้องใช้
4. ถ้าเป็นไปได้ ให้เอาช่อดอกไม้จัดวางไว้ในห้องเรียน หรือเป็นรูปภาพดอกไม้น่ารักๆ ก็ได้

ขั้นตอนการเรียนรู้การสอน:

การนำเข้าสู่บทเรียน:

ครูพูดว่า: ในช่วงหน้าหนาว ดอกไม้สวยๆ จะเบ่งบานเต็มภูเขา บางครั้งดอกไม้ที่สวยงามที่สุดอาจจะเติบโตอยู่กลางหุบเขาที่ไม่เคยมีใครไปถึง ดอกไม้เหล่านั้นคงจะบานอย่างสวยงามตลอดฤดูแล้ว ก็เหี่ยวลงไปโดยไม่มีใครได้ชื่นชมความงามของมันสักคน ก็เหมือนกับคนเราที่ไม่เคยแบ่งปันอารมณ์ของตัวเองกับคนอื่น เราอาจจะเป็นเหมือนดอกไม้ในหุบเขาที่ไม่เคยมีใครได้ชื่นชมก็เป็นได้ เด็กๆ คิดไหมว่าทำไมจึงเป็นเช่นนั้น?

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน:

ครูพูดว่า:

1. พระเจ้าทรงสร้างเรามาพร้อมกับอารมณ์ที่หลากหลาย เมื่อเราแบ่งปันอารมณ์ของเรา给别人 ก็เท่ากับเราได้แบ่งปันชีวิตของเราส่วนหนึ่งซึ่งมักจะปิดบังไว้จากคนอื่น ๆ สิ่งนี้ช่วยให้เรารู้สึกสนิทสนม ผูกพัน และแน่นแฟ้นขึ้นระหว่างกันและกัน เด็กๆ มีวิธีการแสดงอารมณ์ตัวเองออกมาอย่างไร? (ให้เด็กๆ ตอบ)
2. เด็กๆ รู้สึกอย่างไรเวลาที่ได้แบ่งปันอารมณ์ความรู้สึกของตัวเองกับผู้อื่น? แล้วรู้สึกอย่างไรที่ผู้อื่นแบ่งปันอารมณ์ของเขาต่อเรา? (ให้เด็กๆ ตอบ)
แจกกระดาษให้เด็กๆ เขียนอารมณ์ต่อไปนี้ลงบนกระดาษ: สุข, เศร้า, กลัว, โกรธ, เหงา
3. ให้เด็กลองใช้เวลาเงียบๆ คิดถึงเวลาที่เรามีความรู้สึกเหล่านี้ ลองหลับตาแล้วคิดถึงเวลาที่เรามีความสุข (หยุดสักครู่) ให้เด็กๆ เขียนเล่าความรู้สึกตอนที่เด็กๆ มีความสุขลงในกระดาษ (จากนั้นก็ให้เด็กจินตนาการและเขียนอารมณ์อื่นต่อไป)
แบ่งกลุ่มย่อย ให้เด็กๆ ในกลุ่มผลัดกันพูดถึงเวลาที่เขามีความรู้สึกเหล่านี้ หนูสนใจให้เด็กเล่าความรู้สึกของเขาให้มากกว่าที่เขาเขียนในกระดาษ เพราะว่ายิ่งเขาอธิบายรายละเอียดความรู้สึกของเขาให้เพื่อนๆ ฟังมากแค่ไหน ก็จะยิ่งทำให้เพื่อนๆ เข้าใจความรู้สึกของเขามากขึ้นเท่านั้น

การสรุปบทเรียน:

ครูพูดว่า:

1. เมื่อเรารู้สึกอะไรขึ้นมาสักอย่าง และได้แบ่งปันอารมณ์ความรู้สึกของเรา给别人 ก็เหมือนกับเราเป็นดอกไม้สวยๆ บนภูเขา ที่ได้อนุญาตให้คนอื่นเข้ามาชื่นชมความงามที่อยู่ภายใน แต่ว่า เราจะต้องจำไว้ด้วยว่าอารมณ์ของเราก็อาจเปราะบางเหมือนดอกไม้บนภูเขาด้วย เพราะอาจมีบางคนที่ไม่สนใจความรู้สึกเรามาเหยียบย่ำความรู้สึกของเราเข้า เราจึงต้องระมัดระวังในการแบ่งปันอารมณ์ของเรา给别人ที่อาจจะทำให้เราเสียความรู้สึก เราจะรู้ได้อย่างไรว่าเราควรหรือไม่ควรที่จะแบ่งปันอารมณ์ของเรา给别人? (ให้เวลาเด็กคิดและตอบ)
2. บ่อยครั้งที่เราแบ่งปันอารมณ์ในส่วนลึกกับคนที่เราเคารพ คู่คนเคย และน่าไว้วางใจพอที่เขาจะไม่ทำร้ายความรู้สึกของเรา ปกติเราจะไม่แบ่งปันอารมณ์ส่วนลึกของเรา给别人ที่ยัง

ไม่ค่อยรู้จักดีนัก แต่ก็มีบุคคลคนหนึ่งที่เราสามารถแบ่งปันอารมณ์ความรู้สึกต่างๆ ได้อย่างปลอดภัย คนนั้นก็คือ พระเยซู เราจะรู้ได้อย่างไรว่า เราวางใจที่จะแบ่งปันอารมณ์ของเรา กับพระองค์ได้? (ให้เวลาเด็กคิดและตอบ)

3. แล้วเราจะแบ่งปันอารมณ์ของเรากับพระเยซูได้อย่างไร? (ให้เวลาเด็กๆ ตอบ) (ผ่านทาง การอธิษฐาน)
4. ให้เราอธิษฐานด้วยกันตอนนี้ ขอขอบคุณพระเยซูที่พระองค์ทรงห่วงใยความรู้สึกของเรา และเราสามารถไว้วางใจที่จะบอกถึงอารมณ์ความรู้สึกของเราต่อพระองค์ได้เสมอ

การประเมินผลของครู:

(กิจกรรมใดใช้ได้ผลดี? กิจกรรมใดใช้ไม่ค่อยได้ผล? ฉันจะเตรียมบทเรียนในบทต่อไปอย่างไร?)

การประเมินผลผู้เรียน:
