



บทเรียนด้านสังคม และอารมณ์ บทที่ 72

เรื่อง การเคารพตนเองตามแบบอย่างพระเจ้า

ผลที่คาดว่าจะได้รับ:	มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างดีและมีเมตตา
ตัวชี้วัด:	ฝึกฝนการจัดการตนเอง
สาระการเรียนรู้:	รู้จักจุดแข็ง: รู้จักและพัฒนาข้อดีของตนเองรวมทั้งอุปนิสัยทางบวกที่เป็นของประทานจากพระเจ้า

กลุ่มอายุ:	9-11 ปี
หัวข้อหลัก:	การพัฒนาด้านอารมณ์
บทเรียน:	การเคารพตนเองตามแบบอย่างพระเจ้า
เวลาที่ใช้ในการสอน:	50 นาที

วัตถุประสงค์การเรียนรู้:

1. เด็กสามารถบอกองค์ประกอบแง่บวกและแง่ลบของการยอมรับตนเองได้
2. เด็กสามารถบอกได้ว่าพวกเขาเป็นลูกของพระเจ้าได้
3. เด็กสามารถอธิบายข้อดีของการเคารพตนเองโดยมีพื้นฐานอยู่ในพระเจ้าได้

อุปกรณ์การสอนที่ต้องใช้:

1. กระดาน
2. ชอล์ก
3. ดินสอ
4. กระดาษ
5. ผลไม้ 1 ชิ้น

สิ่งที่ผู้สอนต้องเตรียม :

1. อ่านและศึกษาบทเรียนทั้งบทให้จบ
2. อธิษฐานเผื่อเด็กๆ ในการเรียนบทเรียน
3. รวบรวมอุปกรณ์ที่ต้องใช้

ขั้นตอนการเรียนรู้การสอน:

การนำเข้าสู่บทเรียน:

ครูพูดว่า:

1. ให้เด็กล้อมเป็นวงกลม ทุกคนหลับตาให้คิดถึงอะไรก็ได้ที่ทำให้รู้สึกดีต่อตนเอง เมื่อคิดได้แล้วลืมตาขึ้น (ให้โอกาสเด็กพูดว่าอะไรที่ทำให้พวกเขารู้สึกดีต่อตนเอง)
2. เอาละทีนี้หลับตาทีกครั้งแล้วคิดถึงสิ่งที่ทำให้เรารู้สึกแย่กับตัวเอง เมื่อคิดได้แล้วให้ลืมตาขึ้น (ให้เด็กๆ ได้เล่าว่าอะไรที่ทำให้พวกเขารู้สึกแย่กับตัวเอง ถ้าเด็กคนไหนไม่อยากเล่าก็อย่าบังคับ)

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน :

แจกกระดาษและดินสอให้เด็กทุกคน

ครูพูดว่า:

1. ทุกคนหลับตาแล้วคิดถึงสิ่งที่เราคิดว่ามีความสำคัญกับเรา 3 อย่าง ยกตัวอย่างเช่น ถ้าเราเป็นคนชอบอ่านหนังสือ การเล่นเกมกีฬาให้เก่งสำคัญกับเราหรือเปล่า และการเป็นพี่น้องที่ดีมีความสำคัญกับเราไหม ให้คิดถึง 3 สิ่งที่เราชอบที่จะช่วยให้คนอื่นเข้าใจในตัวเรา เขียนสิ่งเหล่านั้นลงบนกระดาษของตนเอง
2. ต่อไปให้หลับตาทีกครั้งแล้วคิดถึงอีก 3 สิ่งที่เราคิดว่าเป็นสิ่งที่ดี เช่น การพูดความจริง การซื่อสัตย์กับเพื่อน หรือการให้เกียรติผู้อื่นเสมอ เขียนสิ่งเหล่านี้ลงในกระดาษของตนเอง
3. ทีนี้หลับตาทีกครั้งหนึ่ง คิดถึง 3 สิ่งที่เราอยากจะทำให้ดีขึ้นกว่าที่เป็นอยู่ เช่น อยากวิ่งให้เร็วกว่านี้ อยากฉลาดกว่านี้ อยากดูดีกว่านี้ เขียนสิ่งเหล่านี้ลงในกระดาษของตนเอง
4. สุดท้ายหลับตาแล้วคิดถึงอีก 3 สิ่งที่เราไม่ชอบเลย เช่น เราอาจจะอยากจะไม่เสพยาเสพติด อยากสูบบุหรี่ อยากดื่มเหล้า หรืออยากทำใจดำต่อคนอื่น เขียนสิ่งเหล่านี้ลงไปด้วย
5. ใครก็ตามที่ได้เห็น 12 สิ่งที่เราเขียนลงไปบนกระดาษนี้จะได้เห็นว่าเรามองตัวเราเองอย่างไร
6. เราทุกคนต่างมีความคิดเกี่ยวกับตัวเองทั้งในแง่บวกและแง่ลบ สิ่งนี้เรียกว่า การมองตนเอง ยกผลไม้ชิ้นที่เตรียมไว้ขึ้น แต่มันแยตรงที่ การมองตนเอง ของเรานั้นเหมือนกับผลไม้นี้ที่ถูกทำให้ชำหรือเสียหายได้ง่าย เมื่อการมองตนเองของเราถูกทำลาย เราจะรู้สึกเศร้าใจและเจ็บปวดมากทีเดียว มันอาจทำให้เราไม่สามารถเป็นอะไรๆ ที่พระเจ้าทรงตั้งใจจะให้เราเป็น แต่ในฐานะคริสเตียน เรามีการปกป้องต่อการถูกทำให้เจ็บช้ำและการถูกทำร้ายนั้น
7. ในฐานะคริสเตียน เรามีความพิเศษในพระคริสต์ พูดอีกอย่างหนึ่งก็คือ เรารู้ว่าพระเจ้าทรงรักและยอมรับเราในแบบที่เราเป็น แม้ว่าเราจะไม่เก่งเลข หรือทำผิดพลาดจนทำให้ทีมของเราแข่งกีฬาแพ้ พระองค์ยังมองเราสวย/หล่อและเป็นคนพิเศษอยู่เสมอ พระองค์รู้ความผิดพลาดและความบกพร่องของเรา และช่วยเราให้ดีขึ้นได้ แต่พระองค์จะไม่ยอมให้คุณค่าในตัวของเรานั้นขึ้นอยู่กับสิ่งที่เราทำได้หรือทำไม่ได้

วาดตารางต่อไปนี้ลงบนกระดาน ให้เด็กวาดลงในกระดาษของตนเองด้วย

ในช่องที่ 1 ให้เขียน 12 สิ่งที่พวกเขาเขียนไว้ก่อนหน้านี้

ในช่องที่ 2 ให้พวกเขาคิดว่าแต่ละสิ่งในช่องแรกนั้นจะถูกทำลายได้อย่างไรบ้าง

ในช่องที่ 3 ให้เขียนว่าพระเยซูทรงมองพวกเขาอย่างไรในเรื่องนั้นๆ ยกตัวอย่างเช่น

การมองตนเองของฉัน	วิธีการที่ฉันจะถูกทำร้าย	พระเยซูชมของฉัน
ฉันเล่นฟุตบอลเก่ง	ฉันอาจรับบอลพลาดทำให้แข่งแพ้	แม้จะแข่งบอลแพ้ ฉันยังคงเป็นผู้ชนะสำหรับ พระเยซูเสมอ

การสรุปบทเรียน:

ให้เด็กๆ เล่าเกี่ยวกับตารางของตนให้เพื่อนๆ ฟัง

ครูพูดว่า :

1. บางทีเราก็กังวลไปว่าการเป็นลูกของพระเจ้านั้นหมายความว่าเราเป็นลูกของกษัตริย์เหนือกษัตริย์ ในแผ่นดินของพระเจ้า เราก็คือเจ้าชายและเจ้าหญิง เด็กๆ คิดว่าการเป็นเจ้าชายและเจ้าหญิงเป็นอย่างไร? ถ้าเราทำอะไรผิด เราจะได้เป็นเจ้าชายและเจ้าหญิงหรือเปล่า? เมื่อเราทำผิด พระเจ้าทรงมองเราอย่างไร? (รักเราไม่เปลี่ยน)
2. เรามาอธิษฐานปิด ขอพระเจ้าที่จะช่วยเราแต่ละคนให้เข้าใจว่าพวกเราเป็นใครในสายตาของพระเจ้า (ครูนำอธิษฐานเองหรือจะขออาสาสมัครในห้องเรียนก็ได้)

Handwriting practice lines on a white sheet of paper with a green grid background. The sheet features 20 horizontal dashed lines for writing practice.