**十、主題四課程規劃:接納自己**

**課程主旨:**

孩子需要學習喜歡自己、欣賞自己和肯定自己,也要學習接納自己,尤其是自己的一些軟弱,從自己的軟弱中我們可以更依靠天主.

**課程目標:**

幫助孩子勇敢的去看待自己的軟弱,並學習去接納那也是我自己的一部份.

**課程規劃:**

**§報到**

老師一定要記得每天謝謝班長幫忙做發名牌的工作,如果有其他的孩子也想幫忙,老師不妨請兩位或三位孩子一起幫忙.

經過幾天的練習,相信孩子應該可以將發名牌的工作做得很好,老師就可以多多利用這段時間,去接近那些比較躲在角落邊的孩子,或者可以和送孩子來教堂的家長,聊聊孩子在家中的情況,以瞭解孩子是否會將教堂所學的和家人分享.

**§團體時間**

這段時間只有二十分鐘,時間很寶貴,如果神父臨時有事,不能親自來和孩子說話,一定要事先安排別的老師或修女作準備,因為這短短不到十分鐘的談話,是幫助孩子比較容易進入每天的主題,對孩子的學習是很重要的.

神父的話: 小朋友大家好!我真的很佩服你們耶!你們每天都那麼準時的來聖堂,實在太了不起了!你們每天上學是不是也都這麼準時呢?有沒有一些時候不太想上學,或者是太晚起床,到學校時被老師記遲到呢?有沒有人上學從來沒有被老師罵過或處罰過的呢?(給孩子一些時間表達他們的意見)

你們被罵或者被處罰時,心裡有什麼感覺呢?(再給孩子一些時間多發表他們的一些感受)

神父跟你們一樣,也常常會犯錯,而且犯錯的時候,都會感到很懊惱;常常會怪自己怎麼會這樣?有時候甚至會很討厭自己,為什麼常常犯同樣的毛病?這時候我的心情就會很不好,你們說這時候該怎麼辦呢?(再給孩子一些時間提供他們的意見)

你們說的很對,雖然我們有很多自己很討厭的毛病,可是我們還是要很努力的告訴自己,我們要原諒自己,因為我們之前上過的課告訴我們,我們要喜歡自己,因為我們是天主的孩子.我們可以請耶穌原諒我們,也耶穌幫忙我們改掉那些不好的毛病;也許有時候一下子也改不掉,但是只要我們慢慢努力,總是會有改掉的一天.我們要給自己希望,接納自己的這些小毛病,我們才會有信心去改掉它們.

"神父的話"之後,請負責律動的老師教大家學新的聖歌"好小耶穌",並帶大家作律動.

**§主題時間**

今天的主題,是要幫助孩子學習從另一個角度去看待自己,尤其是我們每一個人都有不希望為人知的一面,去接受這軟弱的一面是需要很大的勇氣,老師可選用路加福音第十五章11-32節─蕩子的比喻,幫助孩子發現,面對自己的軟弱是痛苦的,但卻是勇敢的.

在路加福音第十五章17-24節記載:

他反躬自問:”我父親有多少傭工,都口糧豐盛,我在這裡反要餓死!我要起身到我父親那裡去,並且要給他說:父親!我得罪了天,也得罪了你.我不配再稱作你的兒子,把我當作你的一個傭工罷!”他便起身到他父親那裡去了.他離的還遠的時候,他父親就看見了他,動了憐憫的心,跑上前去,撲到他的脖子上,熱情的親吻他.兒子向他說:”父親,我得罪了天,也得罪了你,我不配再稱作你的兒子了!”

注意事項:低年級的孩子,老師可以以講故事的方式介紹這段故事;會識字的孩子,則可以請他們一起唸,或者是一個人輪流唸一節;高年級的孩子,則可以請幾位孩子做角色扮演,會比較生動.

老師可以先問孩子:你們覺得這個小兒子是不是很聰明?他把父親的錢都花光了,然後回家跟父親說一聲對不起,就一切一筆勾銷,又可以享受原來的地位,這樣是不是太划算了?(給孩子一些時間表達他們的想法,或者是提出他們的疑問.)

老師接著可以再問:你們會不會覺得這個小兒子很不知羞恥?他一個人在外面把錢都花光了,連一個好朋友都沒有,落得那種下場,那有臉再回家呢?可是他卻厚著臉皮,回家說道歉,難道簡單說聲道歉,就能彌補他對這個家所有的傷害嗎?(再給孩子一些時間討論)

在這個小兒子身上,我們的確看到了他真的是很不知羞恥,也正因為他的不知羞恥,所以他得到了父親的寬恕與接納.如果這個小兒子很在乎自己的面子,覺得落到今日如此不堪的下場回去,實在太丟臉了,那麼恐怕他就真的會餓死他鄉了.

其實很多時候,我們也會像是這個小兒子一樣,總是會不經意的犯下一些錯誤;小兒子當初要離家出走的時候,他也一定不會料到他會淪落到那種地步.可是當他知道自己已經犯了錯誤時,他也告訴自己他不是要回去請求他的父親,讓他重新回到原來的家庭,他是要去求他的父親讓他可以做他的傭工.他知道他已經沒有資格再回去他的家,因為他已經把他該得的都揮霍盡了;也就是說,他已經不再是他父親的兒子了.他看清楚了自己的處境,他也知道這個時候不是爭面子的時候,是該認錯的時候,所以他鼓起了勇氣,回家認錯!

承認自己的錯誤,或者承認自己有不如人的地方,並不是一件容易的事情,因為我們每個人都有自尊,我們都很害怕自己的自尊受到傷害;也就是說,我們都很在乎自己的面子.可是誰不會犯錯呢?或者說誰沒有缺點呢?我們不可能一再的去掩飾自己的一些小錯誤,因為當我們越要掩飾時,總會露出更多的馬腳;而且越掩飾我們的內心也越不平安,擔心有一天會被人揭穿.

因此從另一個角度來看,我們還真的要佩服這個小兒子的聰明,他的聰明不只是他懂得去接納自己一時的錯誤,學會去認錯;他更聰明的是他選擇了一條有智慧的路.如果他只是一味的在乎自己的面子,不敢回家認錯,那他的結局一定是很悲慘的下場.如今他選擇了認錯,他可以坦蕩蕩的回家去面對他的父親和他的家人,他不需要在異鄉躲躲藏藏,害怕不知何時會被熟人認出他的身份,他不但走出了自己所犯下的錯誤的陰影,也找到了內心最大的平安.

**【生活小故事】**

有一天在教室裡,老師看到兩個同學為了一件事情吵架,老師就問大家:你們有沒有聽過三隻小豬的故事?

大家都異口同聲的回答:有!

老師接著又問:那你們知道大野狼走了之後,發生了什麼事情嗎?

大家還是異口同聲的說:不知道!

老師覺得這是一個很好的機會,就開始說故事了:大野狼費盡了九牛二虎之力,還是吹不動豬小寶的房子,就垂頭喪氣的走開了.三隻小豬就很高興的慶祝他們的勝利.豬小寶就問兩個哥哥:哥哥,那你們以後怎麼辦呢?你們的房子已經被吹垮了,要不要我幫忙你們蓋新的房子?豬大寶聽了覺得很可笑,他說:嗯!有什麼好擔心的,大野狼不會再回來了.它這次得到了教訓,知道我們豬家兄弟也不是好惹的,我想它一定到別的地方去了.豬二寶聽了大哥的話,就接著說:大哥啊!你可不要這麼掉以輕心,萬一它又回來了,那可怎麼辦?小弟,如果你願意幫忙的話,那就請你幫我一起蓋一個比較堅固的家.豬二寶和豬小寶兩個人就開始去蓋新家了!

這時義福忍不住就要插嘴了:老師,那後來大野狼有沒有再回來呢?

其他的同學都把眼睛瞪著義福: 嘿….你安靜好嗎?

老師趕緊安撫大家的情緒:沒事,沒事,我繼續講就好了.豬二寶和豬小寶在蓋房子時,豬大寶故意從旁邊經過,大聲的說:奇怪了,這麼好的天氣,為什麼就是有人不會好好享受呢?偏偏要在那裡做苦工,蓋什麼房子嘛?我不是早已經說過了,大野狼不會再回來了,就是有人不相信我的話.豬二寶實在有點聽不下去了,就站起來說話:大哥,你走開好嗎?你不想蓋房子就算了,也不必在這邊說風涼話.豬小寶也接著說:大哥,你先玩吧,等二哥的房子蓋好了,我們再一起幫你蓋個新家.

又有人忍不住要發表意見了:豬小寶幹嘛要那麼好心?不要理它就好了嘛!

老師又接下去說:豬大寶聽了小弟的話,不但沒有感謝它,還覺得很可笑的說:你要幫我蓋個新家?省點力氣罷!現在我已經沒有什麼好怕的了,幹嘛還要住在房子裡呢?大地就是我的家,我愛住那兒,就住那兒,多自由啊!豬小寶說不過大哥,就放棄了,繼續努力的蓋房子;很快的豬二寶的新家蓋好了,兄弟兩個就很高興的慶祝.可是豬大寶並沒有過來,它還是很逍遙的到處遊玩,就在那晚…

義福又插嘴了:大野狼回來了,對不對?

全部的人都很不耐煩的瞪著他: 你..欠打喔!

老師又得安撫大家的情緒:不要生氣!我繼續說就好了嘛!就在那晚,豬大寶很優閒的躺在草地上睡覺時,天上開始滴答滴答的下起雨來了,豬大寶心裡想著:真是太好了,老天爺知道我已經好久沒洗澡了,今晚要幫我洗個澡.除了下雨之外,也開始吹起了一陣一陣的強風,豬大寶心裡又想著:真是太舒服了!簡直像是天然的冷氣嘛!如果躲在屋子裡那有機會享受到這樣的舒服呢!正當豬大寶盡情忘我的享受著強風和陣雨時,它渾然沒有注意到風勢和雨勢都一直的在增強,風越吹越強,它已經有點快站不住了;雨也越下越大,它已經看不清楚四周的情況了.這時它才覺得有點不妙,可是它已經不知道要走往那裡去,因為風實在太強,雨也實在太大,它只能被風勢帶著走.

大家都很緊張,也都想知道:那豬大寶會不會死啊?

老師又接下去說:豬大寶這時候真的是很可憐,心裡想著:我這次鐵定要完蛋了,想不到沒被大野狼吃掉,卻碰上這樣的颱風,早知道…這時,一把手抓住了豬大寶的手,它以為是魔鬼要來把它帶走了,沒想到聽到一個聲音:大哥,我們來救你了,你趕快把另一隻手伸過來,抓住二寶的手,風越來越大了,我們要趕緊回屋子裡去,不然通通都要喪命的.經過一番折騰,三兄弟總算都安全回到家了,大寶正要開口說話時,二寶和小寶都一起說:大哥,我們都很累了,早點休息吧!明天一早起來,我們一起蓋房子,好嘛?三兄弟互相看了看,都露出了笑容,同時點點頭:嗯!

**§主題活動─小盒子的秘密**

今天的主題活動是: "小盒子的秘密",我們每個人都有一些不太喜歡讓別人知道的小毛病或者是小缺點,雖然這些小毛病或小缺點好像有點討厭,但那都是我的一部份.我們要學習接納這些小毛病或小缺點,因為愛我們的天主也是這樣的接納我們.所以今天的活動是每個人要為自己做一個很可愛的小盒子,然後每個人可以將自己不太喜歡讓別人知道的自己的小毛病或小缺點,寫在一張小卡片上,放在這個盒子裡; 然後在主日的彌撒中,我們可以將這些可愛的小盒子奉獻給天主,請祂接納我們的奉獻.

老師請大家打開學生手冊第十二單元主題四的圖示,每個孩子可以先將盒子的範例圖剪下,然後再選擇自己喜歡的海報紙顏色和範例圖放在一起,再剪一遍;或者直接在範例圖上著色也可以.小盒子做好之後,老師再發給每個孩子幾張有顏色的小卡片,和一隻筆.請每個人在卡片上寫下一些自己的小毛病或小缺點,寫幾張都沒關係,也可以統統寫在一張.寫好之後,將卡片捲起來放入盒子中,再用一小段的毛線穿過盒子的頂端,打個漂亮的蝴蝶結,就大功告成了!

這個活動老師最好自己也陪著孩子做,讓孩子看到老師自己,也需要學習接納自己的一些小毛病和小缺點.

所需材料:約20公分不同顏色的毛線若干段、不同顏色的小卡片若干張、不同顏色的海報紙若干張.

所需器材:剪刀、彩色筆、膠水或漿糊 原子筆筆或鉛筆.

**§遊戲時間─尋找同伴**

今天遊戲的名稱是尋找同伴,這個遊戲越多人玩越有趣,所以最好是所有的孩子在一起玩,不需分組,請大家圍成一個大圈,然後主持人發給每個人一張"評分表" (如圖所示),和一隻筆(鉛筆或原子筆都可以).

遊戲的進行方式是,主持人會依序給出十個指令,例如:第一個指令是找到三個有帶手錶的人.因此所有的孩子要趕快去尋找同伴,找到三個有帶手錶的人就可以每個人得到一分,在"評分表"上第一個指令的地方打勾.那些沒有帶手錶的人,或者湊不到三個人的,就沒有得分,然後以此類推;等到十個指令都結束後,就統計"評分表"的分數.分數最高的孩子,表示他/她有很多和別人相同的特色,大家可以給他/她掌聲鼓勵.不過相對的,那分數最低的孩子,也表示他/她和別人有很多不同的地方,我們也要給他/她掌聲鼓勵.總而言之,這個遊戲不是要分勝負,而是要讓大家看到,其實我們每個人和別人有相同的地方,也有不同的地方,這些都是自己的特色,我們都要接納這些特色.

主持人可以事先準備好十個指令,例如:

1. 找到三個帶手錶的人
2. 找到三個在同一個月份生日的人
3. 找到兩個同姓的人
4. 找到三個不同姓的人
5. 找到三個穿球鞋的人
6. 找到兩個帶眼鏡的人
7. 找到三個同一年出生的人
8. 找到兩個衣服顏色一樣的人
9. 找到兩個名字有一個字相同的人
10. 找到兩個唸同一所學校的人

這十個指令只是提供作參考,主持人可依現場孩子的狀況再作適當的調整.

所需器材: "評分表"若干張、鉛筆或原子筆若干支.

以下是"評分表"的樣式:

完成一個指令打一個勾：

1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 總分：

**§多元教學時間─聖言童詩表演**

今天的多元教學時間,是舉辦聖言童詩表演比賽,進行的方式是全體一起舉行.為了能夠使比賽進行得比較順利,最好請一位老師負責比賽的主持,和賽前的準備工作.比賽前需要準備的工作是,邀請裁判(不必太多,二至三位即可),和準備評分表(見附錄一).

比賽要開始前,負責的老師一定要給大家作一些心理建設,也就是說,告訴大家比賽不是為了要分高低,或孰優孰劣,是希望藉此提高大家對聖言的興趣.聖言是天主要和我們說的話,我們如果能夠常常牢記在心,天主一定會很高興.所以比賽時不論表演的好或不好,重要的是我們的一顆心,天主要看的是我們的一顆有誠意的心.

作好心理建設之後,負責的老師就可以向大家說明比賽規則和評分標準;規則很簡單,就是每一隊參賽的隊伍,要選一位代表來抽籤決定比賽出場的順序.評分標準則是分三部份:"表演動作"佔40%,道具佔30%,創意佔30%.每一支隊伍可以有兩次表演的機會,裁判會取表現較好的一次評分.

所需器材:聖言童詩表演比賽評分表.

**§回饋**

今天的回饋時段,不需要再回到各個班,聖言童詩朗讀比賽告一段落即可進行回饋時段.倘若比賽的時間稍微拉長,回饋時段也可作彈性調整.由於今天的回饋時段是團體一起做,所以比較理想的情況,是直接由負責聖言童詩表演比賽的老師來帶領;一方面可以先就自己剛剛在比賽中所觀察到的作一些回饋,另一方面也可請各班老師,從不同的角度或觀點給孩子一些回饋.