

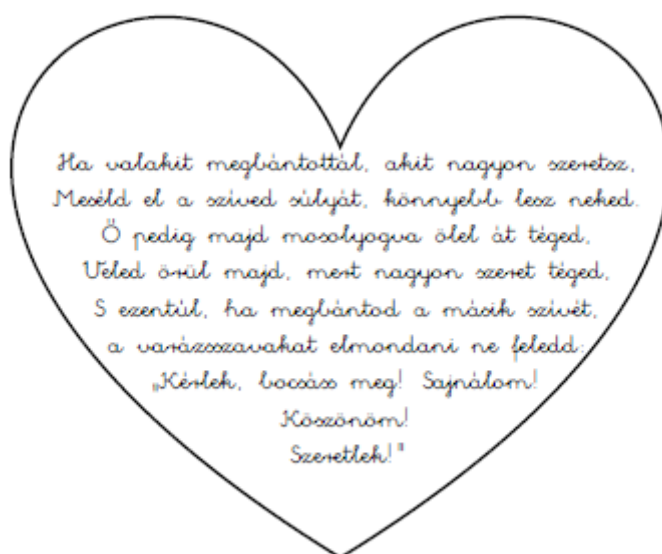
2022. április

A megbocsátás gyakorlása

Április sok-sok feladatot adott számunkra. A húsvétal és anyák nappal kapcsolatos teendőink mellett, kevesebb időnk maradt a Boldogságórák megtartására, így május hónapban folytattuk a téma feldolgozását.

Mindenekelőtt közösen beszélgettünk arról, mit jelent számunkra a fogalom: megbocsátás. Mi a két érzelem közti különbség, amikor megbántunk valakit, vagy minket bántanak meg. Milyen érzelmeket élünk meg esetleges összeveszés, megbocsátás esetén. Fontosnak tartottam, hogy megértsék, milyen káros a lelki életükben a harag megtartása. A megbocsátással maguknak tesznek jót. „A megbocsátás ajándék, melyet önmagadnak adsz.”

Elővettük a tavalyi „Megbocsátó versünket” is.



Azért, hogy minden, számunkra érdekesnek vélt, Boldogságórára ajánlott feladatot meg tudjunk valósítani, csoportokat alakítottunk ki.

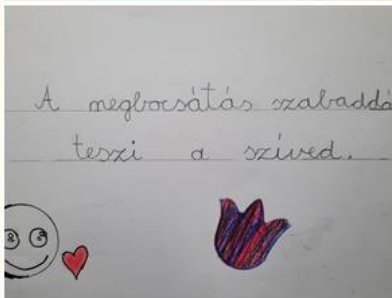
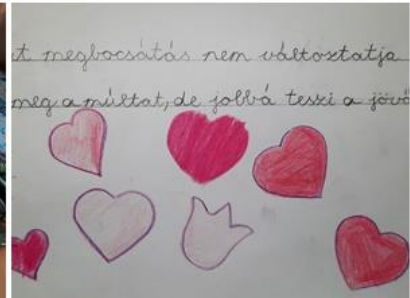
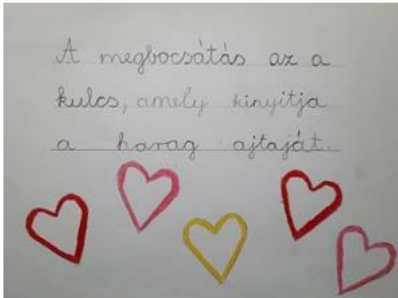
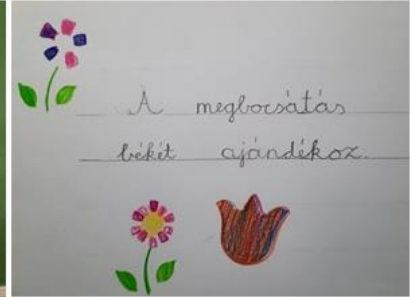
1. csoport: Megbocsátó kavicsok

Elő a képzelettel! Vajon hogyan nézhet ki egy „Megbocsátó kavics”? A csoport tagjai az általuk gyűjtött kavicsokat (+dióhéjat, csigaházat) színezték, díszítették kedvük szerint.



2. csoport: Megbocsátó idézetek

Idézeteket gyűjtöttünk a haraggal, megbocsátással kapcsolatban. A gyerekek kiválasztották a nekik legjobban tetsző idézeteket. Rajzlapra írva, rajzzal díszítve megbocsátó kártyákat alkottak. Felolvasták a többieknek.



3. csoport: Mesefeldolgozás

Ennek a csoportnak Az ügyefogyott légy című mese előadására kellett felkészülnie. Több napon át színesedtek a papírbábok. Az egyik kislány vállalta a mese felolvasását. Szívesen jelentkeztek meseszereplőnek más csoport tagjai is. Így játszottuk el a mesét. Megbeszéltük a mondanivalóját is.



4. csoport: „Haragfaló-dobozka”

Mivel tudjuk, mennyire ártunk boldogságunknak avval, ha harag van a szívünkben, ezért fontos azt minél hamarabb, ha először jelképesen is, de kidobni. Ezért ez a csoport egy „Haragfaló dobozt” készített számunkra. Szépen feldíszítették, ráírták a bűvös megbocsátó szavakat. Arra tanították többieket, hogy ha megbántódtak, írják fel sérelmüket egy papírlapra, gyűrjék össze, vagy tépjék szét, dobják a dobozba. Ha halványodik ezáltal a harag, könnyebben fog menni a békülés, a megbocsátás.



5. csoport: Változó érzelmek

Sajnos, sokszor nehéz szavakkal elmondani a társunknak, ha csalódást okozott nekünk, megbántott bennünket. Ez a csoport segítségünkre sietett. Érzelem-kifejező arcokat rajzoltak. Bemutatták nekünk, hogy ezeknek a segítségével, bárki jelezheti a társának, ha megbántotta. Mivel több napon át valósítottuk meg a feladatokat, örömmel vettem észre, hogy érdekelte a gyereket a többi csoport feladata is, „átjártak” egymáshoz segíteni, több munkacsoportban is részt vettek.

