



บทเรียนด้านสังคม และอารมณ์ บทที่ 3

เรื่อง การบ่งบอกอารมณ์

ผลที่คาดว่าจะได้รับ:	มีมิตรสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น และแสดงออกด้วยใจเมตตา
ตัวชี้วัด:	ฝึกการจัดการกับตนเอง
สาระการเรียนรู้:	การบ่งบอกความรู้สึก: สามารถบอกและเขียนความรู้สึกต่างๆของตนเอง ทั้งความรู้สึกที่เป็นบวกและลบ

กลุ่มอายุ:	6-8 ปี
หัวข้อหลัก:	ความตระหนักรู้ต่อตัวเอง
บทเรียน:	การบ่งบอกอารมณ์
เวลาที่ใช้ในการสอน:	50 นาที

วัตถุประสงค์การเรียนรู้:

1. เด็กสามารถบ่งบอกความรู้สึกดังต่อไปนี้ สุข, เศร้า, โกรธ, กลัว, เหงา, ชัดชองใจ, กังวล, เบื่อ, สงบ, และอื่นๆ, ได้
2. เด็กสามารถเล่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นที่ทำให้เขามีความรู้สึกข้างต้น อย่างน้อย 1 อย่าง
3. เด็กจะสามารถระบุอารมณ์ของเพื่อนคนใดคนหนึ่งของตนมาได้อย่างน้อย 1 อย่าง

อุปกรณ์การสอนที่ต้องใช้:

1. กระดาษ
2. ปากกาไวท์บอร์ด (หรือจะใช้กระดาษแผ่นใหญ่ และปากกาสีก็ได้)
3. รูปภาพที่แสดงความรู้สึกแบบต่างๆ (ถ้าไม่มีก็วาดโดยใช้จินตนาการของครูก็ได้)

สิ่งที่ผู้สอนต้องเตรียม:

1. อ่านบทเรียนให้จบทั้งบท
2. รวบรวมรูปภาพที่แสดงความรู้สึกแบบต่างๆ (ถ้าหาได้) หากหาไม่ได้ ให้วาดเองก็ได้
3. ฝึกแสดงสีหน้าของความรู้สึกแบบต่างๆ เพื่อที่จะได้สาธิตให้เด็กดูให้ลองฝึกแสดงความรู้สึก ต่างๆ กับ ผู้นำ/ผู้สอนคนอื่นๆ หากเป็นไปได้ก่อนที่จะสอนจริงในห้องเรียน

4. ให้คำนึงถึงความเหมาะสมของสถานการณ์กับอายุของเด็กด้วย โดยคำนึงว่าหาก ความรู้สึกแบบนี้ สถานการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นแบบนี้ เด็กน่าจะมีอารมณ์แบบใด
5. อธิษฐานเผื่อเด็กๆ ที่จะเรียนรู้การบ่งบอกและเริ่มทำความเข้าใจกับความรู้สึกของตนเอง

ขั้นตอนการเรียนรู้การสอน:

การนำเข้าสู่บทเรียน:

1. ให้เด็กๆ จำนวนสี่คนออกมาแสดงความรู้สึกที่แบบดังต่อไปนี้ สุข, เศร้า, โกรธ, และกลัว ,
2. ครูเขียนชื่อความรู้สึกแต่ละแบบลงบนกระดาษแต่ละแผ่น
3. ให้เด็กแต่ละคนผลัดกันเลือกกระดาษคนละแผ่น แล้วให้เด็กๆ ในห้องช่วยกันทายว่าเด็กแต่ละคน กำลังแสดงออกถึงความรู้สึกอะไร

ครูพูดว่า: พระเจ้าสร้างเราขึ้นมาให้มีความรู้สึกที่หลากหลาย เด็กๆ คิดว่าพระเจ้ามีความรู้สึกหรือไม่? (เปิดโอกาสให้เด็กๆ ตอบ)

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน:

1. ครูให้เขียนชื่อความรู้สึกแปดอย่างนี้บนกระดานดำ: เหม่ง, โกรธ, กังวล, ตื่นเต้น, เบื่อ, เสียใจ, สงบ , และอิจฉา, ให้อภิปรายถึงความรู้สึกสี่อย่างแรก ให้ถามเด็กๆ ว่า แต่ละความรู้สึกเป็นอย่างไร และให้เด็กแบ่งปันว่า มีสถานการณ์ใดบ้างที่ทำให้เด็กๆ มีความรู้สึกเช่นนั้น ตัวอย่าง เด็กอาจพูดว่า “ความรู้สึกเหม่ง จะรู้สึกเศร้า และถูกทอดทิ้งในเวลาเดียวกันหนูรู้สึกเหม่งเมื่อไม่มีเพื่อนเล่น”
2. หากอาสาสมัครให้ออกมาสาธิตแสดงความรู้สึกสี่อย่างแรกให้เพื่อนๆ ในชั้นดู ให้เด็กๆ ผลัดกันออกมาแสดงหน้าชั้น ให้กระซิบบอกอาสาสมัครความรู้สึกที่ละอย่าง แล้วให้เด็กสาธิตความรู้สึกนั้นๆ เด็กๆ ในชั้นช่วยกันทายว่าความรู้สึกที่เพื่อนแสดงออกคือความรู้สึกอะไร

ครูพูดว่า: พระเจ้าอยากให้เรารู้สึกกับพระองค์ถึงสิ่งที่เกิดขึ้นกับเรา และความรู้สึกของเรา ต่อสิ่งที่เกิดขึ้น บางครั้งเราอาจรู้สึกที่เราพูดกับพระเจ้าได้แต่เฉพาะสิ่งที่ดี ๆ ในชีวิตของเรา เท่านั้น แต่อย่างไรก็ตาม พระเจ้าอยากให้เรารู้สึกกับพระองค์เวลาที่เรารู้สึกเหม่ง, โกรธ, อิจฉา, และกลัว , ด้วยเช่นเดียวกัน

3. ครูแจกกระดาษ และดินสอ ให้เด็กคนละชุด บอกให้เด็กๆ นึกถึงเวลาที่เคยมีความรู้สึกแบบใดแบบหนึ่ง ที่เหมือนความรู้สึกต่างๆ ที่ได้พูดคุยในบทเรียน ให้เด็กๆ เขียนคำอธิษฐานบอกกับพระเจ้าถึงความรู้สึกจริงๆ ที่เกิดขึ้น และบอกด้วยว่าทำไมจึงรู้สึกแบบนั้น เด็กช่วงอายุนี้อาจจะยังเขียนหนังสือไม่ได้ ดังนั้นครูสามารถชักชวนให้เด็กๆ วาดรูปความรู้สึกเป็นการอธิษฐานกับพระเจาก็ได้
4. ให้เด็กๆ นิ่งล้อมวงเป็นวงกลม ให้อาสาสมัครออกมาอ่าน หรือแบ่งปันคำอธิษฐานของเขา ย้ำกับเด็กๆ ว่า คนที่ไม่อยากเปิดเผยหรือแบ่งปันคำอธิษฐานของตัวเอง ขอให้มั่นใจว่าพระเจ้าเข้าใจคำอธิษฐานของเขา หลังจากที่เด็กทุกคนอ่านหรืออธิบายคำอธิษฐานของตนแล้ว ให้ครูนำเด็กๆ อภิปรายว่า พระเจ้าสนใจในสิ่งที่เกิดขึ้นและใส่ใจว่าเด็กแต่ละคนรู้สึกอย่างไร
5. อธิษฐานเผื่อเด็กแต่ละคนหลังจากที่เด็กได้อ่านคำอธิษฐานของเขา อธิษฐานที่พระเจ้าจะปลอบโยน และช่วยให้เด็กสามารถผ่านสถานการณ์นั้นๆ ได้ ควรมีผู้นำ/ผู้สอน หรือผู้ใหญ่ที่มีความน่าเชื่อถืออยู่ด้วยเพื่ออยู่เคียงกับเด็กตัวต่อตัวหากเด็กมีปัญหาหนัก

การสรุปบทเรียน:

ครูพูดว่า: เด็ก ๆ คิดว่าพระเจ้าจะเคยรู้สึกเศร้าบ้างไหม? (เปิดโอกาสให้เด็ก ๆ ตอบ) แล้วเด็ก ๆ คิดว่าอะไรน่าจะเป็นสาเหตุที่ทำให้พระเจ้ารู้สึกเศร้าได้บ้าง? (เปิดโอกาสให้เด็ก ๆ ตอบ)

พระเจ้าก็รู้สึกเศร้าเมื่อพวกเรา รู้สึกเจ็บปวดหรือเสียใจ พระองค์ทรงบอกกับเราว่าพระองค์ใส่ใจเรามาก จนเมื่อวันหนึ่ง เมื่อเราไปสวรรค์ พระองค์จะทรงเช็ดน้ำตาทุกหยดให้กับเรา เราจะได้รับการปลอบโยนจากพระองค์จากสิ่งที่ทำให้เราเข้าใจบนโลกนี้ ถึงแม้ว่าพระเจ้าจะทรงปลอบโยนเราบนสวรรค์ แต่พระองค์ก็ทรงอยากปลอบโยนเราบนโลกนี้ด้วย และนี่เป็นเหตุผลว่าทำไมพระเจ้าอยากให้เราพูดคุยกับพระองค์โดยการอธิษฐานบอกพระองค์ถึงสิ่งที่เกิดขึ้นกับเรา เราสามารถไว้วางใจพระเจ้าได้เกี่ยวกับความรู้สึกของเรา

ครูนำเด็ก ๆ อธิษฐานปิด

การประเมินผลของครู:

(กิจกรรมใดใช้ได้ผลดี? กิจกรรมใดใช้ไม่ค่อยได้ผล? ฉันจะเตรียมบทเรียนในบทต่อไปอย่างไร?)

การประเมินผลผู้เรียน:

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