in partnership with unicef | WORLD CHILDREN'S DAY sixseconds

标题：归属圈

目标：

孩子们通过这个练习，能知道和谁在一起他们会有归属感。他们将知道在有需要的时候可以去找谁，他们将明确他们希望与谁建立更紧密的联系。

sixseconds
THE EMOTIONAL INTELLIGENCE NETWORK

介绍：

拥有归属感并不一定是抽象的。我们可以数数我们属于多少个群体，以及我们可以列出的让我们感觉被爱的人的名字。

材料：

纸，水彩笔，颜料，或其他创造性的艺术材料 - 如呼啦圈，沙子，鹅卵石等

说明：

收集材料来做你的归属圈。孩子们可以在纸上画，或者你可以不用纸和笔而用任何有创意的材料，甚至到户外去（石头，沙滩，呼啦圈等）来做多个归属圈。
解释活动：帮助孩子看到他们属于多少不同的群体（家庭、朋友、学 校、体育、俱乐部、大家庭等）。让他们创造一个具有重叠的归属圈的图画。
首先，让他们在纸上画/创作/标记出自己的名字。然后，他们可以在他们的名字周围添加他们的第一个圆圈，标记/绘制出这些群体。“家 庭”或“妈妈，爸爸，妹妹”。
做后续的圆圈。继续增加越来越多的归属圈，包括各种不同的人群， 直到能体现出他们能想到的所有群体。
向人们表达情感（可选）。让他们分享他们和其中一个群体在一起时的感受。（游泳队：坚强；家庭：被爱），然后让他们用文字或插图在他们的归属圈上来表达这种感受。继续更多的圆圈。如果孩子们感觉舒适，可以与伙伴或小组分享这些图画。

讨论：

- 当你想到所有这些爱你的人，你感觉如何？
- 当你有不同的需求时，你会去找谁 - 比如，如果你需要一个拥抱，或者在家庭作业上需要寻求帮助？
- 和谁在一起时你最能“成为你自己”， 需要怎么做能够让你和其他人在一起时更能“成为你自己”呢？
- 你想和谁的关系更近，你可以采取什么措施去达到这个目的？



6sec.org/popup

POP-UP FESTIVAL