



Kuponok – Kedvesség ajándékba

Általános iskolások és középiskolások (8–18 évesek) számára

Cél: kedvesség, empátia

Mit szólnál egy olyan kuponhoz, amelyet kedvességre lehet beváltani? A kupon lehet egy bátorító szó, egy segítő kéz, vagy egy figyelmes gesztus. Ebben a gyakorlatban kedvességkuponokat készítünk és ajándékozunk, amelyekkel apró, de értékes pillanatokat szerezhethetünk másoknak.

A giving szemlélet lényege, hogy **tudatosan teszünk jót másokkal, anélkül, hogy bármit várnánk cserébe**. És mi lehet annál szebb ajándék, mint az őszinte kedvesség?

► Lépések

1. **Készítetek „kedvesség kuponokat”!** Összeállhat belőlük egy egész gyűjtemény, amit oda ajándékozhattok valakinek.
 - Példa kuponok: „Egy ingyenes mosoly”, „Segítetek a házi feladatban”, „Egy óra közös játék”.
2. **Osszátok szét a kuponokat!** Ajándékozzátok el egymásnak, és használjátok fel őket.
3. **Gondolkodjatok el arról,** mi történik, amikor kedvességet adunk és kapunk. Hogyan változik a közösség hangulata?

► Eszközигény

- Papír, toll, színes ceruzák vagy filcek
- Olló, ha ki akarjátok vágni a kuponokat

► Példák / Típek / Variációk

- **„Kuponszere”:** Rendezetek kuponszerét a családon vagy osztályon belül!
- **Digitális kuponok:** A kuponokat elkészíthetitek digitálisan is, és online megoszthatjátok.

*„A kedvesség a legjobb ajándék, amit adhatunk
– és ha ajándékozunk, mi magunk is gazdagabbá
válunk!”*



HOUSE OF GIVING