

Classe ouverte avec appel de rallye fantastique. (Votre pays) est fantastique Nous sommes fantastiques Vous êtes fantastique Je suis fantastique Assurez vous qu'ils ont du papier et un crayon pour prendre des notes pour écrire les mots qu'ils ne comprennent pas.

Demandez aux élèves ce qui a changé dans leur vie depuis qu'ils ont appris Le premier engagement envers la gentillesse. Faites le tour de la pièce une par une. Demandez-leur d'écrire : Engagement #2. Soyez gentil avec tous les autres et les créatures de Dieu.

Faites le tour de la salle en demandant à chaque élève ce que cela signifie pour lui. Voici des puces et des exemples, utilisez vos expériences de vie pour ajouter des exemples.

1.) Ne vous battez jamais. Éloignez-vous d'un combat, ce n'est pas de la lâcheté, c'est intelligent. Les combats peuvent entraîner des blessures ou la mort. Des gens sont en prison à cause d'une bagarre stupide. Tout le monde regrette une bagarre après. Ne vous battez jamais. (Demandez-leur des histoires sur les combats)

2.) Ne vous disputez avec personne. La dispute est une énergie négative. Dites à la personne qu'elle a raison, demandez-vous si c'est vraiment une bonne utilisation du temps pour discuter alors que dans dix minutes cela ne signifiera rien. Soyez la personne la plus intelligente, dites-lui qu'elle a raison, cela rend les gens fous, ils veulent se disputer pour attirer l'attention. Ne jamais prétendre que c'est une perte de temps

3). *Ne vous moquez pas. Les taquineries, c'est de la méchanceté, c'est s'en prendre à quelqu'un de plus petit ou de moins intelligent. C'est de l'énergie gaspillée, c'est très méchant.*

4). *N'intimidez pas. Les intimidateurs sont des perdants, ils ont une faible estime de soi. Ils n'intimident pas quelqu'un de plus grand qu'eux, ils intimident généralement en meute avec d'autres perdants. Ce sont des gens faibles, ayez pitié d'eux et éloignez-vous. Ce n'est pas une faiblesse de s'éloigner, c'est une force. Ne laissez pas les noms qu'ils vous appellent vous déranger, ignorez tout ce qu'ils disent.*

5.) *Souriez à tout le monde. Sourire est sain, ça fait vivre plus longtemps, ça fait sourire les autres, c'est un acte de gentillesse de sourire aux gens. Un sourire est gratuit et peut aider quelqu'un dans le besoin. Tout le monde est mieux avec le sourire. Le sourire libère des unités de neuro messages dans votre cerveau qui réduisent le stress, ce sont les endorphines, la dopamine et la sérotonine.*

6.) *Ne faites pas de discrimination. Nous sommes tous sur la planète Terre, nous sommes tous humains, nous sommes tous égaux. Traitez les gens comme vous aimeriez qu'ils vous traitent.*

7.) *Éliminer le racisme. Ne jugez pas les gens par la couleur de leur peau mais par les mots qu'ils disent et leurs actions.*

8.) *N'ayez pas de préjugés. Le préjugé est défini comme : Une opinion préconçue qui n'est pas fondée sur la raison ou l'expérience réelle. Pas un trait de caractère intelligent.*

9.) Serrez-vous la main, serrez les autres dans vos bras et regardez dans les yeux. Nous sommes des créatures sociales, nous avons besoin d'avoir un acte de gentillesse, serrer la main, un merveilleux salut et un contact visuel essentiel à une bonne communication.

10.) Ouvrez les portes aux étrangers. Certaines personnes peuvent ne pas vous remercier mais c'est une personne très gentille qui prend le temps d'aider les autres.

II). Laissez les gens entrer dans la circulation en conduisant. La plupart des gens ne feront une chose gentille que s'ils savent qu'il s'agit d'une récompense. Voici un excellent exemple. Vous êtes en route pour un entretien d'embauche, vous devez être à l'heure, dans la circulation, quelqu'un à votre droite veut être autorisé à entrer, vous ne le faites pas, ce qui vous fait vous sentir mal, ainsi que l'autre personne. Lors de l'entretien, la personne qui vous interroge est le conducteur avec lequel vous n'avez pas été gentil.

Demandez-vous ce qu'il ressent pour vous. Si vous aviez su que c'était lui, vous l'auriez certainement laissé entrer car il y aurait peut-être eu une récompense à votre action. Maintenant, en tant que personne gentille et sachant que laisser la voiture dans la circulation ne vous retarde que de cinq secondes lorsque vous laissez la personne entrer, vous vous sentez bien comme elle. Maintenant que vous arrivez à l'entretien, que pensez-vous que cette personne pense de vous maintenant ? La gentillesse a de **nombreuses** récompenses, nous ne la voyons pas toujours devant nous.

12). *Ne mangez pas d'espèces menacées. Les gens mangent des créatures dont les générations futures ne peuvent plus profiter. Des milliers d'espèces meurent chaque année.*

13). *N'achetez pas de produits fabriqués à partir de ces espèces. Ils tuent des éléphants pour des bijoux en ivoire et des ornements de bureau. Ils tuent des animaux pour leur cuir, ils détruisent des arbres exotiques rares pour des meubles en bois. Demandez-vous est ce genre.*

14.) *Pratiquez des actes de bonté au hasard. Il faut du temps et de l'énergie pour être gentil avec les étrangers ou ramasser les déchets, mais vous verrez le sentiment fantastique que cela vous procurera.*

15.) *Donnez de votre temps. Réservez un peu de temps aux autres, même quelques minutes peuvent faire la différence.*

16.) *Partagez. Partager ce que vous avez avec les autres est fantastique, cela pourrait être votre temps, quelque chose dont vous n'avez plus besoin, de l'argent pour quelqu'un dans le besoin.*

17.) *Écoutez les autres. Il ya un dicton qui dit qu'une personne sage écoute. Lorsque vous écoutez vraiment quelqu'un, c'est une action très gentille.*

18. *Les mots que vous prononcez comptent. Pites toujours des mots gentils. Les mots affectent l'eau, nous sommes 70% d'eau. Une étude sur l'eau de Kyoto a prouvé que les mots durs déforment les molécules d'eau et que les mots gentils montrent la belle forme du cristal.*

Utilisez s'il vous plaît, merci, vous êtes le bienvenu, je vous aime, puis-je vous aider. Nous sommes des humains et devons utiliser le langage de manière bienveillante. Terminez le cours avec Fantastic Rally Call (Votre pays) est fantastique Nous sommes fantastiques Vous êtes fantastique Je suis fantastique Remarques Les élèves devraient former de petits groupes où un ou deux