

## Círculo para Demonstrar Gratidão e Consideração



**OBJETIVO:** Construir relacionamentos por meio do reconhecimento positivo; aumentar as habilidades de elogiar; aumentar a conscientização a respeito dos pontos fortes.

**MATERIAIS:** Objeto da palavra, sinos, peça de centro, valores e diretrizes da sala de aula.

**PREPARAÇÃO:** Organize os adultos e alunos que estiverem presentes para o Círculo.

**Dê as boas-vindas a todos ao espaço do círculo.**

**MOMENTO DE ATENÇÃO PLENA/MINDFULNESS:** *Faça uma pausa, respire e escute o som do sino.*

**ABERTURA:** Veja o Apêndice 2, ou crie a sua própria cerimônia de abertura.

**Lembre ao grupo quais são os valores e as diretrizes da sala de aula.**

**RODADA DE CHECK-IN:** *Como você está se sentindo hoje? Você tem alguma coisa especial a compartilhar e que se sente confortável em colocar para o grupo?*

### ATIVIDADE PRINCIPAL: Expressar gratidão e valorização pelos outros

Escolha uma das seguintes sugestões:

#### OPÇÕES DE RODADAS:

- *Diga-nos uma característica boa que você vê em um de seus colegas;*
- *Conte-nos sobre uma coisa pela qual você se sente agradecido hoje/essa semana;*
- *Hoje nós queremos expressar nossa admiração por \_\_\_\_\_ (nome da pessoa). O que você valoriza no (a) \_\_\_\_\_ (nome da pessoa)?*

Uma variação pode ser escrever os nomes de todos que estão no Círculo em um pedaço de papel e colocá-los em uma caixa/chapéu, a fim de que cada um receba um nome e diga algo de positivo a respeito da pessoa;

- *Quando você estiver segurando o objeto da palavra, vire para a sua esquerda e diga àquela pessoa uma coisa que você valoriza nela;*
- *O que você valoriza em você mesmo(a) hoje?*

**RODADA DE CHECK-OUT/FINALIZAÇÃO:** *Como vocês se sentiram no Círculo de hoje?*

**ENCERRAMENTO:** Veja no Apêndice 2 onde você encontrará exemplos de encerramentos, ou crie o seu próprio.

**Agradeça a todos por terem participado do Círculo!**