

<마음의 근력 회복탄력성 키우자!> 활동지1	종교 수업 -강점 피자 & 감사문장 완성하기-	성문고등학교 2학년 반 이름 :
--------------------------------	---	------------------------------

친구들은 모두 지금까지 학교생활을 하면서, 행복한 일도 많았겠지만 어려운 일도 많았을 것입니다. 새 학기마다 새로운 친구를 사귀어야 하고, 공부할 내용과 양은 점점 많아지고, 다른 친구와 자신의 모습을 비교하며 힘들어 했을 때도 있었을 것입니다. 또 앞으로도 새로운 학교 생활을 경험하면서, 계속해서 이겨내야 하는 일들이 많이 생길 것입니다. '강점 피자' 프로그램은 나의 성격 강점을 찾고, 활동을 통해 내가 어려움을 겪을 때 발휘할 수 있는 내 안에 숨어있는 힘을 길러주기 위한 프로그램입니다. 성격강점을 찾고, 일상생활에서 강점을 활용하며, 내면의 힘을 기르기 위한 여러 가지 강점을 증진할 수 있는 활동을 하려고 합니다. 여러분 안에는 모두 다 보석처럼 빛나는 강점, 힘이 숨어 있습니다. 이 시간을 통해 각자가 가지고 있는 성격 강점을 명확히 파악하고, 평소에 그것을 사용하면서 학교생활에서 맞닥뜨릴 수 있는 여러 가지 어려움을 극복할 수 있는 힘을 길러내길 바랍니다

▷ 나의 강점은? 26성문고(종교) 강점피자, 감사완성하기 활동지아래의 강점 메뉴판에서 나의 강점을 골라 피자 토핑을 꾸며 봅시다. 옆 친구의 강점도 생각해보고 옆 친구 강점을 골라 토핑을 꾸며 봅시다. 다 적은 토핑은 칠판 앞 도우에 붙여 피자를 완성해봅시다.

<강점 메뉴판>

생기있는	모험적인	분석적인	융통성 있는
쾌활한	설득력 있는	헌신적인	온화한
사교적인	의지가 강한	사려 깊은	온순한
확신 있는	경쟁적인	예의바른	통제된
참신한	스스로를 믿는	예민한	말수가 적은
확발한	긍정적인	계획하는	만족하는
추진적 있는	확실한	정리정돈된	인내심이 강한
자발적인	솔직한	성실한	순종적인
낙관적인	박력 있는	섬세한	친숙한
재미있는	자신감 있는	교양 있는	일관성 있는
즐거움	독립적인	예술을 좋아하는	악의가 없는
유쾌한	단호한	생각이 깊은	유머러스한
쉽게 어울리는	행동적인	충성적인	중재하는
일하기 좋아하는	앞에 나서는	완벽한	참을성 있는
기운찬	리더십 있는	관대한	남의 말을 잘 듣는
눈치 빠른	생산적인	인기가 있는	느긋한
대담한	잘 잇는	예측 불가능한	균형이 잡힌

▷ 누구나 살아가면서 '감사함'을 느껴본 경험이 있을 것입니다. 감사는 자신에게 베풀어진 다른 사람들의 수고와 배려를 인식하고, 고마움을 느끼는 태도를 의미합니다. 나에게 주어진 것을 생각해 보면서, 감사 문장을 완성해 봅시다.

1. 나는 _____께(에게) 감사합니다(고맙습니다).

왜냐하면 _____

2. 나는 _____해서 감사합니다.

3. 나의 성격 강점은 _____입니다.

나는 _____해서 감사합니다.