

T1.007

Nous organisons maintenant le jeu de cartes HUNTER en utilisant les lettres M.A.T.R.I.X. Chaque lettre a quatre rangées—M1, M2, M3, M4—et chaque rangée contient sept sous-cartes, étiquetées M1.001, M1.002, M1.003, et ainsi de suite jusqu'à M1.007. Cet agencement de cartes est inspiré de la méthode de prise de notes de Niklas Luhmann, et nous vous encourageons à créer vos propres cartes dans chaque rangée. Téléchargez les 7 cartes à partir du lien ci-dessous, et construisons-les ensemble !

T1.007 : Reconnaisant pour ma croissance

Titre : Waouh, regarde comme j'ai grandi !

Histoire :

"Cette année, j'ai appris à faire du vélo sans les petites roues, et je me suis senti comme si je volais ! Qu'as-tu appris ou fait récemment qui t'a rendu fier, comme un super-héros qui gagne de nouveaux pouvoirs ?"

Section d'inspiration :

« Comment as-tu grandi ou appris quelque chose de nouveau récemment ? Peut-être que tu t'es amélioré dans quelque chose, comme faire du vélo ou être gentil avec les autres. Écris ou dessine une carte pour montrer ta gratitude pour ta croissance ! »

Thème du journal de gratitude :

Soyons reconnaissants pour la façon dont nous grandissons chaque jour, que ce soit en apprenant une nouvelle compétence, en devenant plus patient ou en étant plus gentil avec les autres. Chaque jour, nous grandissons un peu plus !

- Exemple : "Je suis reconnaissant d'avoir appris à aider mes amis quand ils sont tristes. Ça me fait me sentir comme un super-héros qui répand le bonheur !"

Musique pour réfléchir :

Johann Sebastian Bach, Air sur la corde de sol - stable et calme, comme la force tranquille que tu développes chaque jour.

Activité de réflexion :

Écrivons ou dessinons quelque chose de nouveau que nous avons appris ou fait récemment qui nous rend fiers !

Phrase magique :

“Je suis reconnaissant pour toutes les façons dont je grandis et j’apprends chaque jour, comme un super-héros qui monte en niveau !”

Routine :

- **Heure de la routine** : 10 minutes avant le dîner, réfléchis à la façon dont tu as grandi et partage tes moments de fierté avec ta famille.
- **Lien familial** : Chaque membre de la famille peut écrire ou dessiner quelque chose qu’il a fait récemment et qui le rend fier, comme apprendre une nouvelle compétence ou être extra gentil.
- **Partage après le dîner** : Pendant ou après le dîner, partagez vos moments de croissance et célébrez tout ce que vous avez accompli. Chaque étape est une victoire !

Note d’encouragement :

“Chaque jour, tu deviens plus fort, plus intelligent, et plus gentil – comme un super-héros ! Célébrons tout ce que tu as grandi !”