

A vidám gyerekek 7 szokása

Stephen R. Covey *A kiemelkedően eredményes emberek 7 szokása* c. könyvének óvodás- és kisiskoláskorú gyermekek számára adaptált változata



1. szokás: Légy proaktív!

Te vagy a felelős!

Felelősségteljes vagyok. Bátran kezdeményezek. Én döntök a tetteim, hozzáállásom és hangulatom felől. Nem vádolok másokat a rossz döntéseimért. Kérés nélkül is helyesen cselekszem, még akkor is, ha senki sem lát.



2. szokás: Tudd előre, hová akarsz eljutni!

Készíts tervet!

Előre tervezek, és célokat tűzök ki. Tartalmas és építő dolgokkal foglalkozom. Fontos tagja vagyok az osztálynak; hozzájárulok iskolám küldetéséhez és jövőképehez. Igyekszem hazám javára lenni.



3. szokás: Először a fontosat!

Előbb a munka, aztán a játék!

Az időmet az igazán fontos dolgokra fordítom, vagyis nemet mondok mindarra, amiről tudom, hogy nem kellene megtennem. Eldöntöm, hogy mi a fontos, tervet készítek, amit be is tartok. Fegyelmezett és összeszedett vagyok.



4. szokás: Gondolkodj nyer-nyerben!

Mindenki nyerhet!

Egyensúlyt tartok aközött, amit én szeretnék, és amit más szeretne. Ha konfliktus támad, nyer-nyer megoldást keresek.



5. szokás: Először érts, aztán értesd meg magad!

Hallgass, mielőtt beszélsz!

Odafigyelek mások gondolataira és érzéseire. Megpróbálom a dolgokat az ő szempontjukból nézni. Félbeszakítás nélkül hallgatok meg másokat. Figyelek a fülemmel, a szememmel és a szívemmel. Bátran elmondom az ötleteimet.



6. szokás: Teremts szinergiát!

Együtt jobb!

Nagyra becsülöm mások erősségeit, és tanulok tőlük. Jól kijövök a többiekkel, még azokkal is, akik mások, mint én. Jól tudok csapatban dolgozni. Megkérdem mások véleményét, mert tudom, hogy együtt jobb megoldásra juthatunk, mint bármelyikünk egyedül. Keresem a harmadik lehetőséget.



7. szokás: Élezd meg a fűrészt!

Törekedj egyensúlyra!

Helyes táplálkozással, rendszeres mozgással és elegendő alvással gondoskodom a testemről. Időt töltök a családommal és a barátaimmal. Sokféleképpen és sok helyen tanulok, nemcsak az iskolában. Időt fordítok arra, hogy mások hasznára váljak. Az életemben egyensúlyt tartok.