

# VODIM - BIRAM KARAKTER

## Dobrodošao/Dobrodošla!

Ovaj kurikulum vodi te kroz put otkrivanja tko si, što vjeruješ o sebi i kako možeš voditi svoj život na način koji gradi tvoju snagu i karakter. Kroz kratke zadatke, razmišljanja i praktične primjere, imat ćeš priliku bolje upoznati sebe i razviti vještine koje će ti pomoći u školi, odnosima i svakodnevnim izborima.

## Ciljevi kurikuluma

Cilj ovog programa je da naučiš kako donositi odluke koje odražavaju tvoje vrijednosti, kako se nositi s pritiskom i kako biti osoba na koju se drugi mogu osloniti.

## Rezultati kurikuluma

- stvaranje pozitivnih navika i ustrajnost u ostvarivanju ciljeva
- prepoznavanje svojih snaga, slabosti i područja u kojima želiš napredovati
- postavljanje realnih osobnih ciljeva i praćenje vlastitog napredka
- razvijanje pozitivnog odnosa prema učenju i osobnom razvoju.

vodim
BIRAM KARAKTER

## VODIM – Biram karakter, vrijednosti slijede

**Postani osoba koja s povjerenjem i čiste savjesti vodi svoj život i pozitivno utječe na sebe i svoje društvo.**

**Ime i prezime:**

**Naziv škole:**

**Razred i školska godina:**

***.rast .disciplina .karakter.***



# TEMA: **KARAKTER**

## SADRŽAJ

- Što je to karakter? - vježba I.
- Uloga karaktera? - vježba II.
- Rad u maloj grupi - vježba III.
- Završni izazov - vježba VI.

## MALE GRUPE

- 5 - 6 učenika po grupi
- Razgovor u malim grupama
- Zaključak grupe
- Ocijeni svoju grupu

## ZAVRŠNI IZAZOV

- Karakter ili kompromis?
- Usvajanje jedne vrijednosti
- Kada i kako ćeš primjeniti vrijednost
- Držanje jedan drugog odgovornim
- Javno se obveži pred grupom

## Vježba I.

*Okvirno vrijeme rješavanja vježbe I: 3 minute*

# Što je to karakter?

**U nekoliko rečenica napiši što za tebe znači karakter:**

# Što je to karakter?

Vježba I.

*Okvirno vrijeme za čitanje, rješavanje i diskusiju: 10 min*

*— A.W. Tozer*

**Kao što je izvrsnost zlata njegova čistoća, a izvrsnost umjetnosti njezina ljepota, tako je izvrsnost čovjeka njegov karakter. Karakterne osobe poznate su po svom poštenju, etici i dobročinstvu. Opisi kao što su "principijelni muškarac" i "žena od integriteta" tvrdnje su karaktera.**

## Ja sam karakter (Samosvijest)

Na jednom gradskom trgu stajao je kameni kip s osmijehom na licu. Ljeti bi ga pržilo sunce, zimi bi ga led smrzavao, a ponekad bi ga i ptice zaprljale. Ipak, njegov se osmijeh nikada nije maknuo s lica. Kao što se kip ne mijenja zbog vanjskih okolnosti, tako ni osoba s karakterom ne mijenja svoje vrijednosti zbog pritiska, uvreda ili neugodnosti. Onaj tko ima karakter ostaje isti u hladnoći, u kritici i u nepravdi — jer njegov temelj nije u okolini, nego u onome što nosi iznutra. Ne zaboravi: ono što te pogađa izvana ne mora te promijeniti iznutra — ako znaš tko si.

## Vrijedim - odgovoran/na sam - rastem

Ne znam kako je tebi, ali spoznaja da sam stvoren/a kao primjer u kojeg bi se drugi mogli ugledati stvara u meni želju da postanem još bolji/bolja, da ispunim svoj puni potencijal i razvijem se u potpunu osobu. Kada postaneš svjestan/na sebe i svoje svrhe, jedini smjer koji ti se otvara jest smjer odgovornosti prema unutarnjem rastu. Osvješćivanje vlastitog karaktera pomaže ti razumjeti da je tvoje ponašanje važno — posebno u malim, svakodnevnim situacijama, poput načina na koji razgovaraš s prijateljima, kako reagiraš na izazove ili kako se nosiš s pritiskom. Kako rasteš, shvaćaš da nisi definiran/na jednom pogreškom, nego izborima koje donosiš svakoga dana. Tajna tvog uspjeha nalazi se u davanju vrijednosti „malim, nebitnim stvarima" — karakteristikama — a zatim u tvojoj „dosadnoj" dnevnoj rutini ponavljanja — karakteru. Ne zaboravi: karakter bi trebao biti najjači mišić u tvom životu.

**U maloj grupi podijeli što si naučio/la o karakteru i svojoj vrijednosti?**

## Koliko dobro poznajem sebe? (Samosvijest)

**Uputa:** Pročitaj svaku tvrdnju i ocijeni samog/u sebe na ljestvici od 1 do 5.

**1 = uopće se ne slažem, 5 = u potpunosti se slažem.**

**Tvrdnje:**

1. Znam prepoznati svoje emocije i razumjeti zašto se tako osjećam. ① ② ③ ④ ⑤
2. Svjestan/svjesna sam svojih snaga i područja u kojima trebam rasti. ① ② ③ ④ ⑤
3. Razmišljam o svojim postupcima i učim iz pogrešaka. ① ② ③ ④ ⑤
4. Znam što mi je važno u životu i po čemu donosim odluke. ① ② ③ ④ ⑤
5. Mogu iskreno reći kakva sam osoba, bez pretjerivanja ili umanjivanja sebe. ① ② ③ ④ ⑤

**U maloj grupi podijeli u kojoj si tvrdnji najjači, a u kojoj najslabiji.**

## Koliko zaista vrijedim? (Osobna vrijednost)

**Uputa:** Za svaku tvrdnju označi koliko često se prema sebi ponašaš na opisani način.

**1 = uopće se ne slažem, 5 = u potpunosti se slažem.**

**Tvrdnje:**

1. Vjerujem da vrijedim kao osoba, neovisno o usporedbama ili mišljenjima drugih. ① ② ③ ④ ⑤
2. Poštujem sebe u načinu na koji govorim o sebi i drugima. ① ② ③ ④ ⑤
3. Znam postaviti granice kada osjećam pritisak ili nepravdu. ① ② ③ ④ ⑤
4. Preuzimam odgovornost za svoje odluke jer znam da moj život ima vrijednost. ① ② ③ ④ ⑤
5. Ne odustajem lako od sebe, čak i kada pogriješim. ① ② ③ ④ ⑤

**U maloj grupi podijeli u kojoj si tvrdnji najjači, a u kojoj najslabiji.**

## Vježba II.

*Okvirno vrijeme rješavanja vježbe II: 3 minute*

# Uloga karaktera?

**U nekoliko rečenica napiši koja je uloga karaktera:**

# Uloga karaktera?

Vježba II.

*Okvirno vrijeme za čitanje, rješavanje i diskusiju: 10 min*

**Bez obzira na talent, sposobnosti, ocjene ili popularnost — ako tvoj karakter nije zdrav, sve ostalo može s vremenom propasti. Povijest, život i svakodnevni primjeri pokazuju da ljudi najviše padaju zbog slabosti karaktera: nepoštenja, nediscipline, manipulacije ili nedostatka odgovornosti.**

## Karakter je temelj svega u tvom životu

Osobe koje ostaju vjerne svojim vrijednostima grade dugoročan uspjeh i poštovanje. Dobar karakter čini osobu sposobnom voditi sebe, a tek onda druge. Osoba bez karaktera može imati moć, ali ne i poštovanje. Karakter stvara povjerenje, stabilnost i nadahnjuje druge svojim primjerom. Zato je karakter važniji od titule, pozicije ili popularnosti.

**1. Karakter usmjerava naše odluke** - Karakter djeluje kao unutarnji kompas koji nam pomaže razlikovati ispravno od pogrešnog. Kada znaš svoje vrijednosti, lakše donosiš dobre i odgovorne odluke.

**2. Karakter gradi povjerenje** - Karakter omogućuje povjerenje, a povjerenje je temelj vodstva. Ljudi vjeruju osobi koja je dosljedna, iskrena i pouzdana. Snažan karakter stvara dobre odnose i pozitivnu reputaciju.

**3. Karakter daje stabilnost pod pritiskom** - U teškim situacijama ili pod pritiskom vršnjaka karakter te drži čvrstim. On sprječava da popustiš, odustaneš ili izabereš lakši, ali pogrešan put. Dobar karakter poboljšava svaki dio tvog života.

**4. Karakter određuje dugoročni uspjeh** - Talent ti može dati početnu prednost i istaknuti te na trenutak, ali karakter ti omogućuje da ostaneš uspješan, poštovan i dosljedan kroz cijeli život.

**U maloj grupi podijeli što si naučio/la o ulozi karaktera u svom životu?**

## Kako moj karakter vodi moje odluke?

**Uputa:** Pročitaj svaku tvrdnju i ocijeni samog/u sebe na ljestvici od 1 do 5.

**1 = uopće se ne slažem, 5 = u potpunosti se slažem.**

**Tvrdnje:**

| | | |
|---|---|---|
| 1. | Kada sam pod pritiskom vršnjaka, pokušavam ostati vjeran svojim vrijednostima. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 2. | Trudim se donositi ispravne odluke čak i kada nitko ne zna što ću izabrati. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 3. | Razmišljam o posljedicama prije nego što reagiram u teškim situacijama. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 4. | Ne tražim izgovore kada pogriješim, nego preuzimam odgovornost. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 5. | Moje ponašanje prema drugima pokazuje poštovanje, čak i kad sam nervozan. | ① ② ③ ④ ⑤ |

**U maloj grupi podijeli u kojoj si tvrdnji najjači, a u kojoj najslabiji.**

## Moj karakter u malim svakodnevnim situacijama

**Uputa:** Za svaku situaciju označi koliko često se ponašaš opisanim načinom.

**1 = nikada I 2 = rijetko I 3 = ponekad I 4 = često I 5 = uvijek.**

**Tvrdnje:**

| | | |
|---|---|---|
| 1. | Kada vidim da netko radi nepravdu drugome, pokušam reagirati ili tražiti pomoć. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 2. | Trudim se biti iskren prema prijateljima i nastavnicima, čak i kada je to teško. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 3. | Kada nešto obećam, nastojim to ispuniti, bez obzira na sve. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 4. | Poštujem tuđe granice i očekujem da drugi poštuju moje. | ① ② ③ ④ ⑤ |
| 5. | U stresnim situacijama pokušavam ostati smiren i razmišljati prije nego djelujem. | ① ② ③ ④ ⑤ |

**U maloj grupi podijeli u kojoj si tvrdnji najjači, a u kojoj najslabiji.**

## Vježba III.

*Okvirno vrijeme rješavanja vježbe III: 5 minute*

# Rad u maloj grupi

**Kao grupa zajednički definirajte što je karakter i podijelite svoju definiciju s ostalim grupama.**

## Vježba IV.

***Okvirno vrijeme rješavanja vježbe IV: 5 minute***

# Evaluacija grupe

### Ocijeni rad svoje grupe:

**Uputa:** Za svaku tvrdnju ocijeni koliko se grupa pridržavala navedenog.
Od 1 do 5, gdje: **1 = nikada I 2 = rijetko I 3 = ponekad I 4 = često I 5 = uvijek.**

#### Sudjelovanje u grupi

1. Svi članovi grupe aktivno su sudjelovali u radu. ① ② ③ ④ ⑤
2. Grupa je uspješno dijelila zadatke među članovima. ① ② ③ ④ ⑤
3. Članovi su preuzimali odgovornost bez poticanja ili izbjegavanja. ① ② ③ ④ ⑤

#### Timski rad

1. Grupa je radila kao tim, a ne kao pojedinci. ① ② ③ ④ ⑤
2. Članovi su pomagali jedni drugima i nudili podršku. ① ② ③ ④ ⑤
3. Odluke su se donosile zajednički, a ne nametanjem. ① ② ③ ④ ⑤

#### Komunikacija

1. Članovi su međusobno razgovarali jasno i otvoreno. ① ② ③ ④ ⑤
2. Razgovori su bili učinkoviti i bez nepotrebnih sukoba. ① ② ③ ④ ⑤
3. Svatko je imao priliku izreći svoje mišljenje. ① ② ③ ④ ⑤

#### Poštivanje mišljenja drugih

1. Članovi su slušali jedni druge bez upadanja u riječ. ① ② ③ ④ ⑤
2. Različita mišljenja bila su prihvaćena i razmotrena. ① ② ③ ④ ⑤
3. Nije bilo ismijavanja, vrijeđanja ili umanjivanja tuđih ideja. ① ② ③ ④ ⑤

## Vježba V.

*Okvirno vrijeme rješavanja vježbe V: 5 minute*

# Završni izazov

**Karakter ili kompromis?**

*Odaberi jednu vrijednost i svaki dan ovog tjedna učini barem jednu stvar koja pokazuje tu vrijednost u tvom ponašanju. Na kraju tjedna razmisli jesi li time utjecao/la na svoj karakter te sljedeći put to podijeli s grupom.*

**Navedi jednu vrijedost koju ćeš usvojiti u idućem tjednu:**

*(npr. poštovanje, poštenje, hrabrost, neustrašivost, disciplina, odgovornost, strpljivost, poslušnost, poniznost, razumijevanje, odlučnost, moral, seksualna čistoća...)*

_____

**U kojim situacijama ćeš pokazati odabranu vrijednost:**

*(u školi na satu, na treningu, navečer u društvu, doma s roditeljima, s burazom ili sestrom, na praksi, u kafiču, u vezi, kada me nitko ne gleda...)*

_____

**Ime osobe u grupi kojoj ćeš dopustiti da te drži odgovornim/nom:**

_____

**Obveži sam/u sebe te pročitaj pred svima u grupi što si odlučio/la.**

## OHRABRI SE

- Osoba s karakterom zaključa samu sebe u zatvor svojih uvjerenja i baci ključ
- Karakternoj osobi ne treba policija. Sama sebi je policajcac
- Ne moraš biti nabildan izvana ako si nabildan iznutra
- Karakter je samonametnuta disciplina radi moralnih uvjerenja
- Molitva je oblačenje u Božji karakter
- Čvrst karakter je jači od smrti i dugo nakon tebe će ljudi pričati o tebi
- Karakter je tvoj stalni napor da povežeš svoje riječi i svoja djela u jedno
- Karakter je posvećenost skupu standarda bez kolebanja

**Vodim - biram karakter, vrijednosti slijede.**

vodim
BIRAM KARAKTER

**Kurikulum za osnovne i srednje škole**
Voditelj projekta: Matija Gorjanec u suradnji sa Srednjom školom Ban Josip Jelačić, Zaprešić
+385 95 9153 843 · motivacija4u@gmail.com · www.motivacija.hr