

VODIM - BIRAM POŠTENJE

Dobrodošao/Dobrodošla!

Ovaj radni list vodi te kroz temu poštenja: što znači biti iskren prema sebi i drugima, zašto je istina ponekad teška i kako se gradi povjerenje. 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: POŠTENJE

SADRŽAJ

- Što je poštenje? - vježba I.
- Uloga poštenja? - vježba II.
- Rad u maloj grupi - vježba III.
- Završni izazov - vježba V.

MALE GRUPE

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

ZAVRŠNI IZAZOV

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

Vježba I.

Okvirno vrijeme rješavanja vježbe I: 3 minute

Što je poštenje?

U nekoliko rečenica napiši što za tebe znači poštenje:

Što je poštenje?

Vježba I.

Okvirno vrijeme za čitanje, rješavanje i diskusiju: 10 min

Tko živi pošteno, ne mora pamtiti što je kome rekao.

Istina iznutra (Samosvijest)

Poštenje počinje prije nego što bilo što kažeš drugima. Počinje u trenutku kad si sam/a sebi priznaš što se stvarno dogodilo, što osjećaš i zašto nešto radiš. Lako je okriviti druge, umanjiti svoju grešku ili uljepšati priču da bi bolje ispao/la. Osoba koja je poštena prema sebi ne treba se braniti ni glumiti, jer zna gdje stoji. Takva osoba može pogriješiti, ali ne živi u strahu da će netko otkriti istinu, jer je istinu već rekla sebi. Iskrenost prema sebi traži hrabrost: pogledati svoje slabosti, priznati ljubomoru, lijenost ili strah, i odlučiti se mijenjati. Ne zaboravi: ono što skrivaš od sebe, s vremenom počinje upravljati tobom.

Riječ koja vrijedi

Svaki put kad kažeš istinu iako je neugodno, tvoja riječ dobiva težinu. Ljudi oko tebe primijete kad se na tebe mogu osloniti: kad obećaš, napraviš; kad pogriješiš, priznaš; kad nešto ne znaš, ne izmišljaš. Male laži često djeluju bezazleno, ali svaka od njih traži novu da je pokrije, i tako čovjek polako gubi slobodu. Poštenje ne znači da sve moraš reći svakome, nego da ono što kažeš bude istina. Prepisivanje na testu, izmišljena isprika ili tuđi rad predstavljen kao svoj možda donesu brzu korist, ali odnesu nešto vrjednije: povjerenje drugih i mir u tebi. Isto vrijedi i za društvene mreže, gdje je lako pokazati život kakav nije. Ljudi koji te stvarno poznaju vole te zbog onoga što jesi, a ne zbog slike koju pokazuješ. Ne zaboravi: poštenje se ne gradi velikim gestama, nego malim istinama svaki dan.

U maloj grupi podijeli što si naučio/la o poštenju prema sebi?

Koliko sam iskren/a prema sebi? (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. Mogu priznati sebi kad nešto nisam napravio/la dobro. ① ② ③ ④ ⑤
2. Ne tražim izgovore kad sam ja odgovoran/na za problem. ① ② ③ ④ ⑤
3. Znam prepoznati kad uljepšavam priču da bih bolje ispao/la. ① ② ③ ④ ⑤
4. Iskreno mogu reći što mi je teško, bez glume. ① ② ③ ④ ⑤
5. Kad pogriješim, prvo to priznam sebi, a onda drugima. ① ② ③ ④ ⑤

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

Koliko se drugi mogu osloniti na moju riječ?

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

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

Tvrdnje:

1. Kad nešto obećam, to i napravim. ① ② ③ ④ ⑤
2. Ne prepisujem i ne predstavljam tuđi rad kao svoj. ① ② ③ ④ ⑤
3. Govorim istinu i kad znam da ću zbog nje imati posljedice. ① ② ③ ④ ⑤
4. Ne širim priče o drugima za koje nisam siguran/na da su istinite. ① ② ③ ④ ⑤
5. Vraćam ono što sam posudio/la i ne uzimam ono što nije moje. 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 poštenja?

U nekoliko rečenica napiši koja je uloga poštenja:

Uloga poštenja?

Vježba II.

Okvirno vrijeme za čitanje, rješavanje i diskusiju: 10 min

Laž ti može kupiti malo vremena, ali poštenje ti kupuje povjerenje. Vrijeme prolazi, a povjerenje ostaje. Ljudi zaboravljaju tvoje ocjene, rezultate i lajkove, ali pamte jesu li ti mogli vjerovati. Jednom izgubljeno povjerenje teško se vraća, zato ga čuvaj u malim stvarima.

Poštenje je temelj povjerenja

Prijateljstvo, ljubav, tim, razred i obitelj žive od povjerenja. Bez poštenja odnosi postaju površni, jer nitko ne zna što je stvarno istina. Poštena osoba ne mora biti savršena, ali je predvidljiva: drugi znaju da će s njom znati na čemu su. Zato je poštenje vrjednije od pameti, talenta ili popularnosti.

1. Poštenje gradi povjerenje - Ljudi vjeruju onome tko govori istinu i kad mu se ne isplati. Takvoj osobi se povjeravaju, daju joj odgovornost i oslanjaju se na nju u važnim trenucima.

2. Poštenje daje mirnu savjest - Kad nemaš što skrivati, ne moraš pamtiti što si kome rekao/la. Mirna savjest daje ti snagu i lakoću u svakom razgovoru, pa i s roditeljima i nastavnicima.

3. Poštenje štiti pod pritiskom - Kad društvo traži da prešutiš, slažeš ili pokriješ nečiji loš postupak, poštenje ti pomaže ostati svoj/a i ne ući u priču koja nije tvoja. Tada je teško, ali kasnije ćeš biti zahvalan/na sebi.

4. Poštenje gradi budućnost - Škola, posao i odnosi dugoročno nagrađuju one kojima se može vjerovati. Ugled koji gradiš danas, u malim stvarima, otvorit će ti vrata sutra.

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

Kako poštenje 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.	Kad me društvo nagovara da slažem, ostajem pri istini.	①	②	③	④	⑤
2.	Biram istinu i kad znam da nitko ne bi otkrio laž.	①	②	③	④	⑤
3.	Ne pokrivam tuđe loše postupke samo da bih bio/la prihvaćen/a.	①	②	③	④	⑤
4.	Kad pogriješim, priznam prije nego što me netko otkrije.	①	②	③	④	⑤
5.	Moje riječi i moja djela uglavnom su usklađeni.	①	②	③	④	⑤

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

Moje poštenje 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.	Roditeljima iskreno kažem gdje sam i s kim sam.	①	②	③	④	⑤
2.	Na testu radim sam/a, čak i kad bih mogao/la prepisati.	①	②	③	④	⑤
3.	Kad mi blagajnik vrati previše novca, upozorim ga.	①	②	③	④	⑤
4.	Na društvenim mrežama ne pokazujem sliku sebe koja nije istinita.	①	②	③	④	⑤
5.	Kad nešto ne znam, kažem da ne znam, umjesto da izmišljam.	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 poštenje 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

Poštenje 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

- Poštenoj osobi ne treba dobro pamćenje, jer ne mora pamtiti laži
- Istina je ponekad teška, ali nikad nije teret
- Mala laž traži novu da je pokrije
- Povjerenje se gradi godinama, a gubi u jednoj večeri
- Tvoja riječ vrijedi onoliko koliko je istinita
- Poštenje je kad radiš isto i kad te nitko ne gleda
- Mirna savjest je najbolji jastuk
- Bolje je izgubiti s istinom nego pobijediti s laži

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