

Temat: Cechy charakteru drogą do sukcesu i szczęścia.

Klasa VIII

15.05.2020r.

Oto 20 najważniejszych cech charakteru, które sprawiają, że nasze życie jest bardziej wartościowe.

Zastanów się, które z nich już masz, a nad którymi musisz jeszcze popracować. Jak myślisz, czy możliwe jest posiadanie wszystkich wymienionych cech?

Aktywność – bycie aktywnym dodaje energii i wigoru, poprawia nastrój, uszczęśliwia. Odejdźmy od telewizora, komputera i zapewnijmy sobie ruch na świeżym powietrzu. To wszystko dla naszego zdrowia - ciała i umysłu. A więc obowiązkowo: basen, rower lub spacer ;-)

Ambicja – jest naszym motorem do działania i osiągnięcia sukcesów. Ma ona to do siebie, że zawsze pozostaje nienasycona. Jest jak nasz wewnętrzny system motywacyjny, który sprawia, że pragniemy wciąż więcej i więcej. To właśnie dzięki ambicji dokonuje się rzeczy prawie niemożliwych. Więc jeśli chcemy coś osiągnąć, a jesteśmy ambitni i pracowici, to na pewno to osiągniemy.

Asertywność – zachowanie asertywne pozwala nam na mówienie wprost, konkretnie, tego co czujemy i myślimy. Takie zachowanie daje nam poczucie zgody z samym sobą, spójności z własnymi poglądami i potrzebami. Rodzi się większy szacunek do nas samych. Dzięki temu czujemy się lepiej, nie musimy kłamać, a i inni, choć mogą się z naszym zdaniem czasem nie zgadzać, bardziej nas szanują za szczerość, niż gdybyśmy oszukiwali.

Czułość – okazywanie uczuć ważnym dla nas osobom nie jest oznaką słabości. Wręcz przeciwnie. Okazuj swoją miłość i troskę rodzicom, rodzeństwu i bliskim przyjaciółom. Jest to oznaką siły i pewności siebie. Jeśli tak czujemy i mamy taką potrzebę to dlaczego mielibyśmy się tego wstydzić. Ludzie, którzy potrafią okazywać uczucia, mają większe wsparcie wśród najbliższych i potrafią nawiązywać lepsze relacje z innymi ludźmi.

Ciekawość – świat jest fascynujący, a chęć dowiedzenia się o nim jak najwięcej, świadczy o naszym otwartym umyśle, inteligencji i mądrości. Bądźmy otwarci na nowe rzeczy. Zadawajmy pytania i szukajmy na nie odpowiedzi. Gdyby nie ludzka ciekawość do dziś pewnie siedzielibyśmy w jaskini, a nie odkrywali coraz to dalsze zakątki świata. Z ciekawości wynika nasz postęp, nowe odkrycia, wynalazki. A kluczem do tego wszystkiego są pytania.

Charyzma - niektórzy mają to coś w sobie, co powoduje, że w naturalny sposób przyciągają do siebie innych. Świetnie budują relacje, wpływają na swoje otoczenie w dobry sposób i powodują, że ludzie w ich towarzystwie świetnie się czują. Tacy ludzie tworzą przyszłość i szybciej realizują swoje marzenia.

Entuzjizm - bycie pasjonatem, pozytywnie zmotywowanym, zabierającym się do działania z dużym zapałem daje radość z wykonywanych zadań. Takie podejście do życia sprawia, że zadania stają się dla nas nie tylko bardziej fascynujące ale i łatwiejsze. Cieszymy się więc tym co robimy. Radosne podejście do życia, a nie myślenie w kategorii „muszę”, ma bardzo dobry wpływ na nasze samopoczucie i na samopoczucie naszych bliskich.

Wytrwałość i zaangażowanie – to również wartości i cechy, które mają ogromny wpływ na osiągnięcie sukcesów, nawet tych najmniejszych. Nie zniechęcaj się trudnościami. Próbuje od nowa, gdy Ci się nie udaje. Jeśli coś robisz rób to z zaangażowaniem, dokładnie i solidnie. Nie zniechęcaj się!

Decyzyjność i samodzielność – umiejętność podejmowania decyzji to coś co prowadzi nas w określonym kierunku. Umiejętność myślenia o tym, co dla nas samych będzie najlepsze, analizowania ewentualnych skutków podjętych decyzji. Niektóre decyzje są

trudne, ale trzeba zdawać sobie też sprawę z tego, że niepodjęcie decyzji też jest decyzją. Zaufaj sobie, uwierz, że wszystko co robisz jest dla twojego dobra i dokonaj wyboru.

Staranność – jak już coś robisz, rób to dobrze, a najlepiej jak będziesz to robić z sercem i z pasją, na 100%. To niezwykła wizytówka człowieka. Świadczy o jego podejściu do życia. To przez jej pryzmat często jesteśmy oceniani przez innych i to ona gwarantuje nam sukcesy w wielu dziedzinach życia.

Odpowiedzialność – być odpowiedzialnym, to zdawanie sobie sprawy z konsekwencji działania naszego i innych i omijanie tych działań, które mogą komukolwiek przynieść szkodę. Nie zapominajmy, że każdego dnia robimy coś, co wpływa też na życie innych ludzi. Nie możemy tego faktu lekceważyć. Osoba odpowiedzialna powinna być świadoma konsekwencji swego postępowania i gotowa je ponieść. Ludzie odpowiedzialni, to ludzie, którym możemy ufać i na nich polegać.

Zaufanie – człowiek godny zaufania robi właściwe, dobre rzeczy, nawet jeśli inni robią złe i namawiają go do tego samego. Jeśli coś mówi, mówi poważnie, tzn., że jeśli coś obiecuje, dotrzymuje danego słowa. Ludzie mogą mu zaufać, wierzyć jego obietnicom i zobowiązaniom. Jest uczciwy i szczerzy. Zawsze mówi prawdę. Jeśli ludzie komuś ufają, to pozwalają mu na więcej. Wiedzą, że zrobi właściwą rzecz, nawet jeśli go nie będą pilnować.

Odwaga – to „najważniejsza z cnót, bo gwarantuje wszystkie inne” - mawiał Winston Churchill. Odwaga potrzebna jest nam niemal na każdym kroku, bez niej nic nie osiągniemy. Dlatego tak ważną rzeczą jest, by nauczyć siebie oswajać lęki i przezwycięzać strach. Dzięki odwadze idziemy naprzód, bo nie boimy się marzyć. Wyrażamy swoje zdanie i bronimy go. Zadajemy pytania, oczekujemy satysfakcjonujących nas odpowiedzi. Podejmujemy nowe wyzwania, bez obawy przed ewentualną porażką.

Komunikatywność – ludzie z natury nie są samotnikami. Jesteśmy osobnikami stadnymi. Dlatego, aby było nam dobrze z innymi musimy umieć się z nimi odpowiednio komunikować. Umiejętność rozpoczęcia rozmowy, by poznać nowe osoby też jest wartością. Dodatkowo, umiejętność współpracy w grupie daje możliwość osiągnięcia jeszcze lepszych rezultatów, niż gdybyśmy robili te same projekty w pojedynkę.

Hojność i pomoc innym - warto włączać się w akcje charytatywne, zbiórki żywności i zabawek, zostać wolontariuszem albo po prostu pomóc sąsiadce czy komuś z rodziny. Szczodrość sprawia, że lepiej się czujemy zarówno fizycznie, jak i psychicznie.

Kreatywność – dziś to właśnie ona wydaje się czymś dużo bardziej potrzebnym w życiu, niż sucha, szkolna wiedza. Fantazja, kreatywne i twórcze podejście do życia, połączone z umiejętnością adaptowania się do różnych sytuacji, bez zatacania samego siebie, to droga do sukcesu. Żyj z otwartą głową, tańcz, maluj, pisz wiersze, twórz. Pamiętaj, że ludzie o otwartych umysłach lepiej radzą sobie w trudnych sytuacjach. Szukają rozwiązań, a nie problemów. Są bardziej optymistycznie nastawione do tego co je spotyka, bo wierzą, że ze wszystkim sobie poradzą.

Optymizm – pamiętaj, że każdy dzień to nowy początek. Możesz zacząć wszystko od nowa i być pewien, że wszystko wyjdzie Ci na dobre. Jeśli coś jest nie tak, to jest tylko tymczasowe. Zawsze możesz to zmienić. Kiedy jesteś smutny, znajdź sposób, by poczuć się lepiej. Myśl o rzeczach, które są w Twoim życiu dobre, w każdym dniu szukaj czegoś pozytywnego, co cię uszczęśliwiło.

Wdzięczność - to jedna z najbardziej wzmacniających ludzi emocji. Powoduje, że mózg rejestruje stan zadowolenia. Dlaczego wdzięczność jest taka ważna? Ponieważ uczy nas zauważać to, co w naszym życiu dobre i piękne. Ponieważ sprawia, że na naszej twarzy częściej gości uśmiech. Bądźmy więc wdzięczni za to co mamy. Bądźmy wdzięczni za rodzinę, za przyjaciół, za ludzi, którzy wnoszą dobre rzeczy do naszego życia. Doceniajmy to wszystko, cieszmy się tym.

Szacunek – traktujmy innych tak, jak sami chcemy być traktowani. Każdy człowiek jest wartością. Szanuj, a będziesz szanowany. Nawet wtedy, gdy ludzie mają inne zdanie od

twojego. Kiedy coś robisz, pomyśl o innym człowieku. Bądź dobrym przyjacielem, nie plotkuj, słuchaj, tego, co inni do Ciebie mówią, doceniaj ich pomysły, zauważ sukcesy, pochwal.

Poczucie humoru – poczucie humoru świadczy o inteligencji, sprawia, że polepsza się nam oraz innym humor, a kiedy więcej się śmiejemy dłużej żyjemy ;-)

Pracuj nad swoją osobowością, bo to ona ma ogromny wpływ na odniesienie przez Ciebie sukcesu. To ona odpowiada za osiągnięcie wysokich wyników w nauce, radzenie sobie ze stresem i poczucie szczęścia.

Powodzenia w pracy nad sobą!

Pozdrawiam!

Joanna Słabicka