



# ERŐSSÉGFÓKUSZÚ BOLDOGSÁGÓRA PROGRAM

## VÁLTSUNK FEJLŐDÉSI SZEMLÉLETMÓDRA!

Hogyan beszéljünk a gyerekekkel a témáról?

### Eddig erről volt szó a Tudástérben:

- mi jellemzi a rögzült és a fejlődési szemléletmódot
- milyen tipikus mondatok segítenek felismerni, hogy milyen szemléletmód jellemez bennünket
- hogyan segíthetjük a gyerekekben a növekedési szemlélet kialakulását
- milyen a "jó és hatékony" dicséret
- miért érdemes megbarátkozni a hibáinkkal

### A szemléletváltáshoz kapcsolódó erősségek

1. Beszélgetsek arról, hogy miért és hogyan, milyen módon segítenek az alábbi, fejlődési szemléletmódhoz kapcsolódó erősségek?

kreativitás

nyitott gondolkodásmód

perspektíva

őszinteség

remény



# ERŐSSÉGFÓKUSZÚ BOLDOGSÁGÓRA PROGRAM

## VÁLTSUNK FEJLŐDÉSI SZEMLÉLETMÓDRA!

2. Vegyétek elő újra a saját öt fő erősségeket. Beszélgetsetek arról, hogy melyek segíthetnek benneteket a megbocsátás-bocsánatkérés folyamatában és hogyan. Mondjatok rá konkrét példákat is.

### A MÉG hatalma

A gyermekekkel való mindennapos kommunikációba **tudatosan építsétek be a MÉG szócskát**. Legyen ennek biztató ereje, hangsúlyozva, hogy mind tanulási folyamatban vagyunk, a velünk történő események tanítanak bennünket.

*“Még nem tudtad megoldani a feladatot, gyere, gyakoroljuk tovább, és sikerülni fog.”*

### Hibázni szabad! Sőt!

Elrontott valamit? Hibázott? Kiöntötte, felborította, megsértette, elvágta, elvesztette? Tudatosan tekintsetek úgy az ilyen helyzetekre, hogy megálltok és megkérdezitek:

*Mit tanulhatok ebből a helyzetből?*

*Mi az, amit legközelebb másként fogok csinálni?*

*Mi az, amit ebben a helyzetben jól csináltam?*

Ugye ismeritek a mondást: **csak az nem hibázik, aki nem dolgozik.**

Aki hibázik és tud tanulni a hibáiból, az tud lendülettel haladni a növekedés útján.

### Dicsérd úgy, hogy növekedni tudjon belőle!

Végül pedig, amikor pozitív visszajelzéseket adunk a gyerekeknek, akkor figyeljünk rá, hogy azoknak valódi tartalma legyen, és igyekezzünk a/az

- erőfeszítést
- igyekezetet
- kitartást
- ötleteket
- szándékot
- összpontosítást
- humort
- rugalmasságot
- befektetett energiát
- kreativitást

kiemelni, értékelni!

**Ezáltal konkrét kapaszkodókat adunk a gyerekeknek,  
ami megerősíti benne ezeket a területeket és egyúttal a motivációt is.**