

ERŐSSÉGFÓKUSZÚ BOLDOGSÁGÓRA PROGRAM



VÁLTSUNK FEJLŐDÉSI SZEMLÉLETMÓDRA!



Mental Focus | Online
OKTATÁSI KÖZPONT | Tudástér

MŰHELY

Alkossunk!

És akkor most szokás szerint következzen az alkotási folyamat, amellyel az aktuális témát mélyíthetjük, a fejlődési szemléletmódot tehetjük láthatóvá, kézzelfoghatóvá az otthonunkban!

Már a Grund hetében is volt pár barkácsolós feladat, ha eddig nem jutott rá időtök vagy még nem készítettétek el őket, azokat is elkészíthetitek.

De jöjjön még néhány ötlet!

Válasszátok ki azt, amelyiket a legközelebb érzitek magatokhoz, és amelyen keresztül a leginkább kapcsolódni tudtok a fejlődési szemléletmóddal.

1. Ültessetek növényt és figyeljétek, hogyan fejlődik!

A növényekkel való kapcsolódás bármilyen körülmények között megvalósítható. Nem kell hozzá nagy kert, de még erkély sem. Elég egy kicsi cserép, amibe ültethettek valamilyen fűszernövényt vagy bármilyen szobanövényt, de ha van lehetőségetek rá, akkor természetesen a kertben is ültethettek nagyobb növényt vagy akár facsemetét is, és megfigyelhetitek rajta a fejlődést.

Előfordulhat, hogy van olyan növényetek, amelyet eddig elhanyagoltatok. Fordítsatok rá most nagyobb figyelmet! Hozzátok helyre a "hibát"! Varázsoljátok egészségessé, fejlődővé a növényekét!



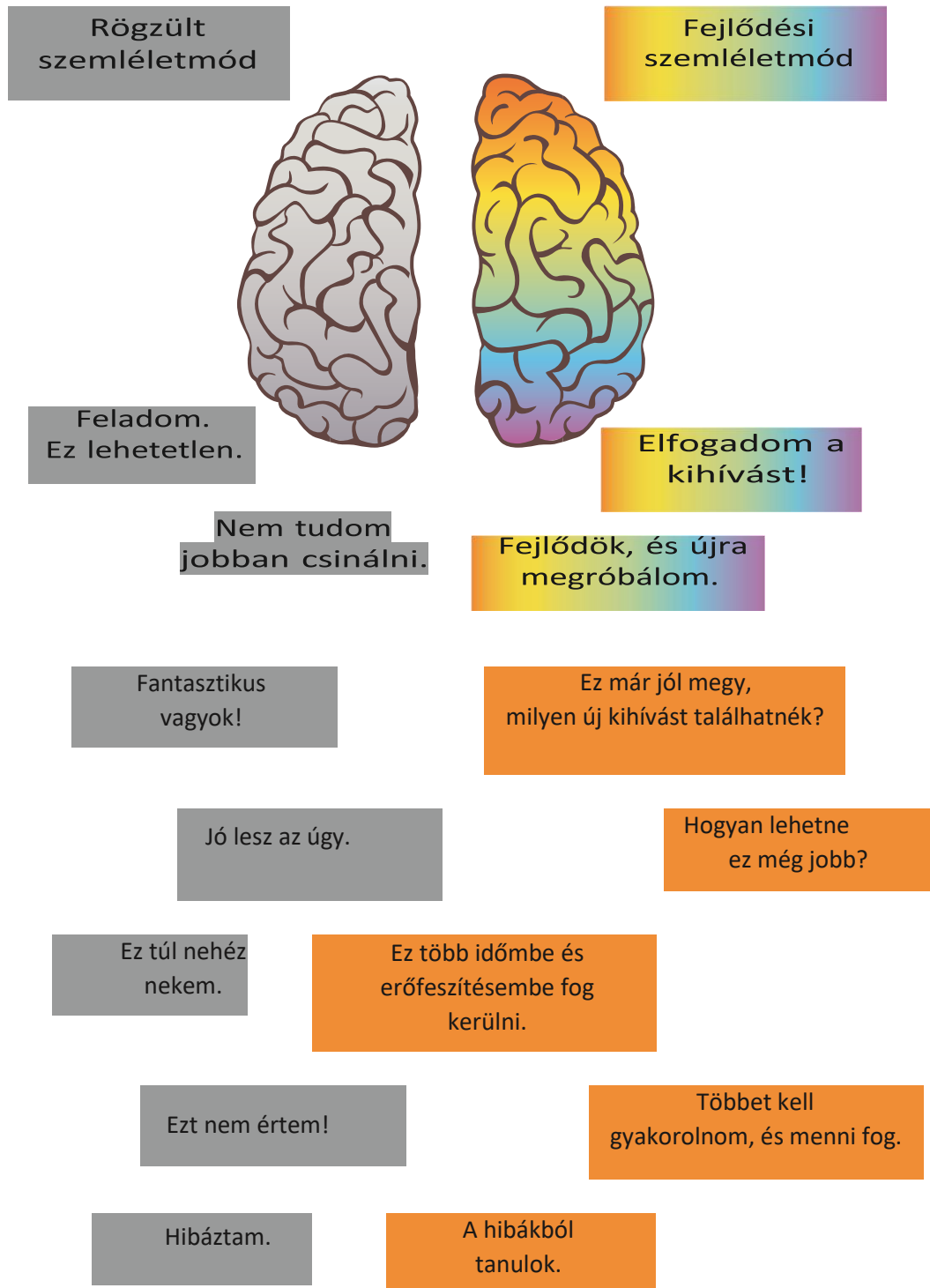
Akár új növényt ültettek, akár egy régebbit kezdtek el nevelgetni, nevezzétek ki ezt a növényt a család Szemléletváltó növényének, együtt ültessétek el, együtt gondozzátok, és locsoláskor mindig mondjatok neki pár bátorító mondatot. Figyeljétek, hogyan fejlődik! Hiszen egy növény, ha lelkiismeretesen gondozzátok, sohasem hagyja abba a növekedést, a fejlődést. Folyamatos odafigyelést igényel, de cserébe megbízhatóan növekszik majd. Legyen ez a szemléletváltás jelképe a családotokban!

Adhattok neki nevet is, és amikor valaki elkedvetlenedik egy feladata kapcsán vagy feladná, kérdezzétek meg egymástól: Vajon a növény megáll-e a fejlődésben? Mit tehetnének, hogy tovább fejlődjünk? Hogyan növekedhetnének ebben a helyzetben?

2. Mit mondjak helyette?

Gyűjtsetek olyan rögzült szemléletmódú mondatokat, amelyeket időnként esetleg mondani szoktatok, és keressétek meg a fejlődési szemléletmódú megfelelőjüket. Majd készítsetek belőle egy táblát, hogy mindig szem előtt legyen!

Rajzolhatjátok, színezhettek. A szöveges táblácskákat akár cserélhetőre is készíthetitek, laminálva, vastagabb papírból készítve, és így mindig azok a mondatok lehetnek elől, amelyek épp a leginkább hasznosak a számotokra.



3. Készítetek könyvjelzőt!

A Grundban megismert bátorító ceruzák mintájára könyvjelzőt is készíthettek, amelyek erősíthetik bennetek a fejlődési szemléletmódot, megerősítenek a fejlődésben, a növekedésben. Használjátok a Grundban megismert mondatokat vagy írjatok újakat!

Mindenki tegye bele az aktuálisan olvasott könyvébe, tankönyveibe. Kisebkeknek a mesekönyvbe lehet olyan megerősítéseket tenni, amelyek segítik a fejlődési szemléletmód kialakulását. Ilyeneket is találtok a [Grund Szemléletváltó társasjátékánál >>](#)

Könyvjelző készítéshez használhattok kartonpapírt, faspatulát. Színezzétek, fessétek, díszítsétek kedvetekre. Mi is adunk néhány ötletet és letölthető sablont hozzá.

[Bátorító könyvjelzők >>](#)

