

- Проактивност 4
- Грубост 6
- Неспокійствие 9
- Честност 11
- Самоконтрол 12
- Емпатія 14
- Сърдечност 16
- Егоїзм 19
- Енергичност 20
- Упоритост 23
- Смелост 24
- Бърливост 26
- Покорство 29
- Амбициозност 30
- Находчивост 33
- Разсъдливост 34
- Наблюдателност 37
- Подреденост 38
- Лидерство 40
- Остроумие 42
- Толерантност 45
- Услужливост 47

С ъ д ъ ю



- Щедрост 48
- Любопитство 51
- Приспособимост 52
- Старание 55
- Пакостливост 56
- Признателност 59
- Прикритост 61
- Нежност 63
- Креативност 64
- Убедителност 67
- Независимост 68
- Властност 70
- Състрадателност 72
- Ефективност 74
- Тесногръдие 77
- Отдаденост 79
- Решителност 80
- Нетърпеливост 83
- Благонадеждност 84
- Въображение 87
- Почтителност 89
- Жизнерадост 90
- Несръчност 93
- Плахост 95

Ж а н и е



Проактивност

Да си подготвен по-отрано

Да си проактивен означава да планираш предварително. Тъй като в събота сутрин имам урок по плуване, в петък вечерта си приготвям нещата: бански костюм, кърпа и очила за плуване. След това, за да съм сигурна, че няма да забравя чантата си, я оставям до входната врата, така че сутринта да съм напълно готова. **Ако се приготвя предварително, вероятността да забравя нещо е по-малка.** Защото забравя ли например банския си костюм, няма да мога да вляза в басейна. А това би било ужасно, защото **МНОГО ОБИЧАМ ДА ПЛУВАМ!**








Грубост

Да не си достатъчно внимателен

С брат ми обичаме да се боричкаме. Понякога обаче се случва така да се заиграем, че се нараняваме. Знам, че той не го прави умишлено, просто забравя, че е по-силен от мен. Буйните игри са забавни, но трябва да внимаваме да не се разлудуваме твърде много. Защото, ако някой пострада, веселбата приключва.







Неспокойствие

Да не те свърта на едно място

Налагало ли ви се е да правите нещо, което ви кара да се чувствате нервни? Аз например много се притеснявам, когато трябва да се изправа и да говоря пред целия клас. Започвам да треперя и да нервнича. За да се успокоя, гледам да държа нещо в ръце – обикновено стискам една малка пухкава топка, скрита в джоба ми. Щом спра да се притеснявам, вече мога да говоря.





Честност

Да си справедлив и да спазваш правилата

Всеки уикенд у дома организираме семейна вечер с игри. Понякога играем на настолни игри или на карти, друг път – бадминтон или волейбол. Много е забавно! **В такива вечери единствените правила са да играем честно и да се забавяваме.** Това означава, че колкото и да копнеем да спечелим, всеки трябва да спазва реда си, да не наднича в чуждите карти и винаги да играе по правилата. Никакво мамене!

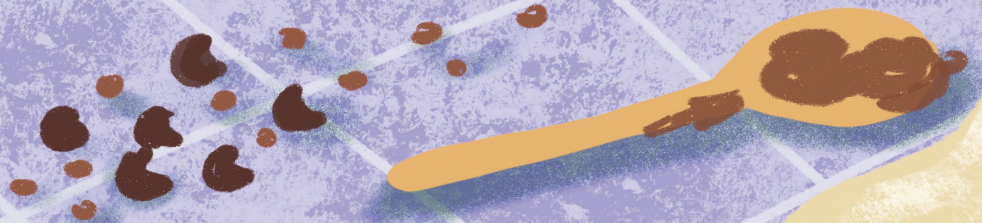




Самоконтрол

Да имаш търпение и да проявяваш воля

Случвало ли ви се ужасно да искате нещо, но да се налага да чакате, за да го получите? И на мен! Онзи ден мама направи шоколадова торта с карамелена глазура за рождения ден на сестра ми. Изглеждаше толкова вкусна! Страшно се изкушавах да топна пръст в крема, но знаех, че така ще разваля изненадата. За да устоя на желанието да я опитам, реших да изляза и да поиграя на двора. Много бях доволна, че успях да проявя самоконтрол.





Емпатия

Да умееш да откликваш на чуждите емоции

Всеки път, когато седна да пиша домашни, братчето ми идва в стаята ми и предлага да си поиграем. Той е още малък и не разбира, че съм зает. Просто му се иска да сме заедно. Така че, вместо да му се дразня, измислих нещо по-хитро.



Вече не му казвам да се маха от стаята ми, а постъпвам като истински батко. Давам му лист хартия и молив, за да седи кротичко до мен и да се преструва, че и той пише домашни. Разбирам го! Когато бях малък, по-големият ми брат проявяваше същото разбиране към мен.

