

ÜNİTE 1: KENDİMİ TANIYORUM

- Farklı olay ya da durumlara karşı değişik duygu ve düşüncelerimiz olabilir. Hatta kimi zaman aynı olay ya da durum karşısında da farklı duygular hissedebilir, farklı tepkiler verebiliriz.
- Yüzümüzün ifadesi, sesimizin tonu, beden dilimiz; duygu ve düşüncelerimizi anlatır.
- Davranışlarımız, duygu ve düşüncelerimizle uyumlu olursa kendimizi doğru ifade etmiş oluruz.
- Duygu ve düşüncelerimizi resim yaparak, şiir yazarak, günlük tutarak da ifade edebiliriz.

Olay ya da durumları, başkalarının düşünce ve duygularını anlayışla karşılamaya _____ denir.

Karşımızdaki insanın duygu ve düşüncelerine saygı duymalı ona hoşgörü ile yaklaşmalıyız. **Empati** kurmalı yani **kendimizi karşımızdaki kişinin yerine koymalı**, onu anlamaya çalışmalıyız.

Başkalarının bizim gibi düşünüp davranmasını beklememeliyiz. Bununla birlikte biz de istemediğimiz bir durumla karşılaştığımızda bunu uygun bir dille açıkça belirtmeliyiz.



Sevgide güneş gibi ol.
Dostluk ve kardeşlikte akarsu gibi ol.
Hataları örtmede gece gibi ol.
Tevazuda toprak gibi ol.
Her ne olursan ol, ya olduğun gibi görün ya da görüldüğün gibi ol.



Kırma dostun kalbini
Onaracak ustası yok,
Soldurma gönül çiçeğini
Sulamaya ibrik yok.

