



Reguli pentru o viață de calitate

CLASA 12

Alcătuiți familii de cuvinte:

- ▶ Echilibru
- ▶ Lucru

Alcătuiește îmbinări:

- ▶ Exces
- ▶ Periculos
- ▶ A oferi
- ▶

Formați câmpul lexical al cuvintelor:

- ▶ Suferință
- ▶ Sinceritate

Găsiți sinonimele

- ▶ Greșeli
- ▶ Devastator
- ▶ Viață
- ▶ Recompensată
- ▶ Sursă

Alcătuiți enunțuri cu verbele:

- ▶ A ajuta
- ▶ A se ajuta
- ▶ A-și ajuta


Vă invit să discutăm!

- ▶ Ce este "Calitatea"
- ▶ Ce fel de calitate există?
- ▶ Ce poate fi de calitate?
- ▶ După ce criterii alegeți calitate?
- ▶ Ce atitudine aveți față de "calitate"?
- ▶ Când viața e "de calitate"?

**Fii responsabil. Privește-te cu
sinceritate și profunzime. Nu mai da
vina pe ceilalți pentru greșelile și
neajunsurile tale.**



Nu face rău altora. **Ticăloșia** este un obicei periculos, un fel de reflex **justificat** prea ușor, care are un efect devastator și de durată asupra vieții tale. Atunci când le faci rău altora există două victime: cel căruia i se face răul și cel care îl face.



Bunătatea față de alții va fi recompensată.
Acesta este un obicei bun care te sprijină în atingerea unei vieți bune. Atunci când îi ajuți pe alții există doi **beneficiari: cel care primește ajutorul și cel care oferă ajutorul.**


Evită excesul. Traiește viața în armonie și echilibru. Chiar și lucrurile bune, dacă sunt în exces, pot deveni o sursă de suferință și nefericire.



**Fă-ți griji doar cu privire la lucrurile asupra
căroră ai control, acele lucruri ce pot fi
influențate sau schimbate prin acțiunile tale**



Cereți ajutor când aveți nevoie, având grijă să-l cereți persoanelor potrivite.



**Refuzați să vi se spună dacă cineva a vorbit
urât de d-voastră. Ascultați numai ce s-a
vorbit bine de d-voastră, cu rezerve și fără a
crede tot.**

Continuă enunțurile:

- ▶ Din experiență m-am convins că...
- ▶ Nu sunt sigur(ă) că aș putea...
- ▶ Sunt de părerea că...
- ▶ Urmez regula care spune că... deoarece...
- ▶ Încă nu am înțeles de ce...pentrucă

