



Gândește-te la cum gândești! (Metacogniție)

Să știi ce știi!

Să fii conștient de gândurile tale, de strategiile, de sentimentele și de acțiunile tale precum și de impactul acestora asupra celorlalți.



Perseverează!

Ține-te de ce începi!

Rămâi concentrat pe o sarcină până la finalizarea ei. Caută modalități de a-ți atinge scopul când te împotmolești! Nu renunța!



Controlează-ți impulsivitatea!

Nu te grăbi!

Gândește înainte să acționezi! Rămâi calm, atent și reflexiv.



Țintește spre acuratețe!

Mai verifică o dată!

Fă tot ce faci cât poți de bine! Fixează-ți standarde înalte! Verifică să fie corecte informațiile și găsește modalități de a îmbunătăți ceea ce faci.



Ascultă cu înțelegere și empatie!

Înțelege-i pe alții!

Dedică energia ta mintală pentru a înțelege gândurile și sentimentele celuilalt. Fă un efort să înțelegi emoțiile și punctul de vedere al celuilalt.



Gândește flexibil!

Privește și dintr-o altă perspectivă!

Să fii capabil să îți schimbi punctul de vedere, să identifice alternative, să iei în calcul și alte puncte de vedere.



Întreabă și problematizează!

De unde știi?

Să ai o atitudine care problematizează, să știi de ce informații ai nevoie și să adresezi întrebări astfel încât să obții datele de care ai nevoie. Să identifice probleme care cer rezolvare.



Gândește interdependent!

Lucrează împreună cu alții!

Să lucrezi cu alții și să înveți de la alții și împreună cu ei. Munca în echipă!



Să gândești și să comunicai cu claritate și precizie!

Fii clar!

Încearcă să comunicai cu claritate atât în formă orală și scrisă. Evită generalizările, distorsiunile, exagerările și omisiunile.



Aplică cunoștințe anterioare la situații noi!

Folosește ce înveți!

Folosește cunoștințele anterioare, transferă cunoștințele dincolo de contextele în care le-ai învățat.



Adună informații prin toate simțurile!

Folosește mijloacele tale naturale de a învăța!

Fii atent la lumea din jurul tău! Adună informații prin toate simțurile: vedere, auz, miros și atingere.



Crează, imaginează și inovează!

Încearcă metode noi și diferite!

Dezvoltă noi posibilități, joacă-te cu idei noi.



Asumă-ți riscuri în mod responsabil!

Ai curaj să te aventurezi!

Trăiește la limita a ceea ce știi și explorează teritoriul noi.



Vezi partea amuzantă!

Râzi puțin!

Găsește ceea ce este neobișnuit, neașteptat, bizar. Fii în stare să râzi de tine însuși!



Reacționează cu mirare și venerație!

Fii surprins!

Vezi lumea ca ceva minunat, misterios și fii mirat de diferite fenomene și de frumusețea lumii.



Rămâi deschis să înveți mereu!

Învăț pe tot parcursul vieții!

Fii modest, recunoaște când nu știi și fii curios să afli mai multe. Nu fi mulțumit cu puțin!

