

MỤC LỤC

TÔN TRỌNG LÀ GÌ?

PHẦN TỐT ĐẸP NHẤT CỦA TÔI

GIÚP ĐỠ NGƯỜI KHÁC LÀ ĐIỀU TỐT!

GIA ĐÌNH LÀ TRÊN HẾT

CON CÓ THỂ THANH TOÁN!

BẠN BÈ ĐÍCH THỰC

LỰA CHỌN CỦA TÔI

CHUNG TAY VÌ HỌC ĐƯỜNG!

KHÁC BIỆT MỚI TUYỆT LÀM SAO

HỌC TẬP ĐỂ BƯỚC VÀO ĐỜI

MÌNH MUỐN HỌC

THẾ GIỚI CỦA CHÚNG TA

CUỘC DÃ NGOẠI TUYỆT VỜI

LƯU Ý CHO PHỤ HUYNH, NGƯỜI GIÁM HỘ VÀ GIÁO VIÊN

THÔNG TIN HỖ TRỢ

MỤC TỪ

6

8

10

12

14

16

18

20

22

24

26

28

30

32

33

34

TÔN TRỌNG LÀ GÌ?

Tôn trọng là biểu hiện cho thấy bạn quan tâm đến cảm xúc của người khác, bất kể tuổi tác, giới, giới tính, quốc tịch, năng lực thể chất hay tín ngưỡng của họ.

MỖI NGƯỜI ĐỀU CÓ CẢM XÚC

Tôn trọng chính là thái độ lịch sự và tử tế. Thô lỗ hay khó chịu sẽ khiến người khác cảm thấy buồn, sợ hoặc tức giận. Thái độ tôn trọng luôn có sức lan tỏa - khi bạn lịch sự và tử tế, mọi người cảm thấy tốt lành, vì thế có khả năng họ sẽ trở nên tử tế và lịch sự hơn. Bằng cách tôn trọng lẫn nhau, chúng ta biến thế giới thành một nơi an toàn và đáng sống.



BẠN GIỎI QUÁ!

Bạn còn thể hiện sự tôn trọng đối với một người vừa đạt được thành tích nào đó bằng cách nói với họ rằng họ đã làm tốt đến nhường nào. Khen ngợi người khác sẽ giúp họ cảm thấy bản thân tốt đẹp hơn. Các chuyên gia đã chứng minh khi chúng ta tử tế và lịch sự với người khác, thái độ này cũng khiến chúng ta cảm thấy tốt hẳn lên.





LÒNG TÔN TRỌNG DÀNH CHO TẤT CẢ

Hầu hết chúng ta ngày nay sống trong cộng đồng với những cá nhân đến từ các nền văn hóa khác nhau. Mỗi người chúng ta quen biết hay gặp gỡ có thể mặc trang phục khác nhau, ăn đồ ăn khác nhau, đón mừng những điều khác nhau, nói ngôn ngữ khác nhau. Tất cả các khác biệt này đều đáng tôn trọng.

TÔI VÀ THẾ GIỚI!

Bạn cũng cần trân trọng bản thân và tất cả các sinh vật sống xung quanh. Sự tôn trọng rất quan trọng đối với sức khỏe tinh thần bạn. Yêu quý thiên nhiên, quan tâm đến các sinh vật sống luôn có ích cho hành tinh của chúng ta.

PHẦN TỐT ĐẸP NHẤT CỦA TÔI

Lòng tự trọng chính là việc có những lựa chọn đúng đắn và trở thành con người tốt nhất mà bạn có thể trở thành.

LỰA CHỌN ĐÚNG ĐẮN

Lòng tự trọng đến từ việc nhận biết rõ ta đang đưa ra những lựa chọn đúng đắn. Điều này bao gồm:

- Tử tế.
- Lịch sự.
- Trung thực.
- Công bằng.
- Bảo vệ người khác.
- Bảo vệ chính mình.



HÀNH VI ĐẸP

Đưa ra những lựa chọn đúng đắn có nghĩa là cư xử đàng hoàng, lịch sự:

- Nói “xin vui lòng” và “cảm ơn”.
- Lắng nghe khi mọi người nói chuyện với mình.
- Không quát vào mặt người khác.
- Không cãi cọ qua lại.



BẢO VỆ NGƯỜI KHÁC

Nếu bạn thấy ai đó bị bắt nạt hoặc bị rêu tên nhạo báng, hãy giúp đỡ họ nếu bạn có thể, tuy nhiên bạn đừng tự đặt mình vào tình thế nguy hiểm. Nếu có gì đe dọa, hãy tìm người lớn và nhờ giúp đỡ. Đừng hùa theo những trò thô bạo hoặc các hành vi xấu xí.



TỰ TẾ VỚI CHÍNH MÌNH

Lòng tự trọng nghĩa là bạn cảm thấy bản thân mình tốt đẹp. Hãy tự hào về những điều đang hoàn thành mà bạn đã làm hoặc đã nói, những thành tựu mà bạn đã đạt được. Hãy tử tế với chính mình. Đừng phán xét bản thân quá khắc nghiệt. Bạn luôn nhớ rằng, mỗi người chúng ta đều đặc biệt theo cách của riêng mình.

