

# Ευθύνη

Αυτή την εβδομάδα οι μαθητές μαθαίνουν ότι έχουν υγιή όρια, ώστε να μπορούν να κάνουν τα κατάλληλα βήματα προς την υπευθυνότητα. Υπενθυμίζεται στους μαθητές ότι δεν είναι υπεύθυνοι για όλα, αλλά υπάρχουν κάποια πράγματα για τα οποία είναι εξ ολοκλήρου υπεύθυνοι. Ο στόχος είναι να δώσει στους μαθητές μια αίσθηση ευαισθητοποίησης για τις προσωπικές, κοινωνικές και δημόσιες ευθύνες τους και να μάθουν πώς να διατηρούν υγιή όρια για τον εαυτό τους, με τους άλλους, ακόμη και με την τεχνολογία.

Ξεκινήστε την ενότητα με το μάθημα ολόκληρης της τάξης και στη συνέχεια στοχεύστε να ολοκληρώσετε τουλάχιστον δύο από τα μίνι μαθήματα με τους μαθητές σας όλη την εβδομάδα. Κάθε μίνι μάθημα έχει σχεδιαστεί για να παρουσιάζει στοιχεία του κύριου μαθήματος με νέους και συναρπαστικούς τρόπους.

## Κύριο Μάθημα

Μάθημα όλης της  
τάξης  
30 λεπτά



### Δακτύλιοι ευθύνης

Αυτό το μάθημα εισάγει τους μαθητές στην ιδέα των ορίων και του χώρου και όπου οι ευθύνες μας βρίσκονται μέσα στα διάφορα χωρικά όρια που μοιραζόμαστε με τον εαυτό μας και τους άλλους. (Δείτε τη σελίδα 3 για λεπτομέρειες του μαθήματος.)

## Μίνι Μαθήματα

Για Μικρές Ομάδες  
15 λεπτά



### Δεν είναι δική μου ευθύνη

Να θυμάστε ότι δεν χρειάζεται να νιώθουμε υπεύθυνοι για τα πάντα. Μπορούμε να είμαστε υπεύθυνοι μόνο για ό,τι μπορούμε να ελέγξουμε προσωπικά. Σε μικρές ομάδες χρησιμοποιώντας ένα διάγραμμα T, χαρτογραφήστε τα πράγματα που είναι πάντα υπό τον έλεγχό σας και τα πράγματα που δεν είναι. Την υπόλοιπη ημέρα, επικεντρωθείτε σε πράγματα που μπορείτε να ελέγξετε και αναλάβετε την ευθύνη για αυτές τις επιλογές. Για τα ανεξέλεγκτα πράγματα, θέστε υγιή όρια για να υπενθυμίσετε στον εαυτό σας ότι αυτά τα πράγματα δεν είναι απαραίτητα δικά σας για να τα χειριστείτε σήμερα.

**Ιδέα επέκτασης:** Καταιγισμός ιδεών μερικές τεχνικές που μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε για να ηρεμήσουμε το σώμα και τον εγκέφαλό μας, ώστε να κάνουμε υπεύθυνες επιλογές και να διατηρούμε υγιή όρια όταν συμβαίνουν πράγματα που δεν ελέγχουμε.

Για Συνεργάτες  
15 λεπτά



### Είναι εντάξει να πείτε όχι

Μερικές φορές βρισκόμαστε σε καταστάσεις όπου μας ζητείται να κάνουμε κάτι με το οποίο δεν αισθανόμαστε άνετα ή γνωρίζουμε ότι δεν πρέπει να κάνουμε. Εάν δεν έχουμε αυτοσεβασμό και υγιή προσωπικά όρια, μπορεί να μπούμε στον πειρασμό να είμαστε ανεύθυνοι και να κάνουμε μια κακή επιλογή. Και μερικές φορές αυτές οι κακές επιλογές είναι στην πραγματικότητα καλές επιλογές. Για παράδειγμα, σας ζητείται να κάνετε babysit αλλά πρέπει να μελετήσετε για το τεστ Αγγλικών εκείνο το

βράδυ. Δεν θέλετε να απογοητεύσετε τη μητέρα που σας ζήτησε, αλλά είναι πιο υπεύθυνο να πείτε όχι στο αίτημά της. Αυτό μπορεί να είναι δύσκολο, όμως. Με τον σύντροφό σας, εφαρμόστε πολλές στρατηγικές «Όχι» για να σας βοηθήσουν να απορρίψετε καταστάσεις που σας κάνουν να συμβιβάζετε τα όριά σας ή που απλώς δεν είναι καλές προσωπικές επιλογές για εσάς. Ορισμένες στρατηγικές περιλαμβάνουν:

- Σπασμένο ρεκόρ (επαναλαμβάνοντας το «όχι» ξανά και ξανά)
- Αλλάζοντας το θέμα
- Λέω "ευχαριστώ" για την προσφορά/πρόσκληση/ευκαιρία, αλλά δεν θα λειτουργήσει στο πρόγραμμά μου αυτή τη στιγμή
- Χρησιμοποιώντας ενσυναίσθηση («Καταλαβαίνω ότι βρίσκεστε στη δύσκολη κατάσταση, αλλά δεν είμαι σε θέση να βοηθήσω αυτή τη στιγμή.»)
- Εξηγήστε τους εαυτούς τους ή/και δώστε μια εναλλακτική ιδέα («Οι δυνατοί θόρυβοι πραγματικά με κάνουν να νιώθω πολύ άβολα, επομένως δεν θα ήμουν καλή φίλη στη συναυλία γιατί θα είμαι πολύ αγχωμένος. Αλλά, θα μπορούσα να πάω μαζί σας στο καφενείο Μετά!").

**Για Ιδιώτες**  
15 λεπτά



### Ο Προσωπικός μου Χώρος

Μοιράστε το διάγραμμα προσωπικού χώρου που χρησιμοποιήθηκε στο αρχικό μάθημα. Ζητήστε από τους μαθητές να καταγράψουν τις ευθύνες που εμπίπτουν σε αυτά τα όρια για αυτούς προσωπικά. Έπειτα, ζητήστε τους να σκεφτούν/να γράψουν ημερολόγιο σχετικά με αυτό: Πώς μπορούν να διατηρήσουν υγιή όρια όταν έρχονται αντιμέτωποι με κάποιον που διασχίζει μια οριακή γραμμή ή που είναι ενοχλητικός ή ανεύθυνος σε κοινωνικούς και δημόσιους χώρους; Για παράδειγμα, εάν ένας φίλος αιωρείται συνεχώς γύρω από το ντουλάπι σας και χρειάζεστε λίγο χώρο, τι μπορείτε να πείτε ή να κάνετε για να σεβαστείτε αλλά να διατηρήσετε ένα υγιές προσωπικό ή οικείο όριο; Οι μαθητές μπορούν να κάνουν ημερολόγιο σχετικά με τον προβληματισμό τους.

**Με επίκεντρο την τεχνολογία**  
15 λεπτά



### Υγιή όρια με την τεχνολογία

Συζήτηση σε μεγάλη ομάδα ή προτροπές σε περιοδικά: Πώς έχει επηρεάσει η τεχνολογία τις ικανότητές μας να διατηρούμε υγιή όρια; Πώς μας εμποδίζει η τεχνολογία να διατηρήσουμε υγιή όρια; Πώς μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε την αυτοπειθαρχία για να επιβάλουμε υγιή όρια με την τεχνολογία; [π.χ., χωρίς τηλέφωνα στο τραπέζι του δείπνου, χωρίς Διαδίκτυο μετά από μια συγκεκριμένη ώρα το βράδυ, χωρίς σύστημα τηλεόρασης/παιχνιδιού στην κρεβατοκάμαρα, κ.λπ.] (Ανατρέξτε στο φυλλάδιο για τον προσωπικό χώρο ή/και στις πληροφορίες από το κύριο μάθημα).

# Δακτύλιοι ευθύνης

Αυτό το μάθημα εισάγει τους μαθητές στην ιδέα των ορίων και του χώρου και όπου οι ευθύνες μας βρίσκονται μέσα στα διάφορα χωρικά όρια που μοιραζόμαστε με τον εαυτό μας και τους άλλους.

**Χρονοδιάγραμμα μαθήματος**  
30 λεπτά

## Απαιτούμενα Υλικά

- ❑ Φυλλάδιο για τα δακτυλίδια ευθύνης
- ❑ Προαιρετική επέκταση:  
Η Washington Post δημοσίευσε ένα άρθρο που εξηγεί τα όρια του προσωπικού χώρου για ανθρώπους διαφορετικών χωρών. αυτό θα μπορούσε να είναι μια ενδιαφέρουσα επέκταση ή επέκταση τεχνολογίας για μαθητές που χρειάζονται/θέλουν περισσότερη πρόκληση: [https://www.washingtonpost.com/news/worldviews/wp/2017/04/24/how-close-is-too-close-depends-on-where-you-live/?utm\\_term=.0848e250ce9c](https://www.washingtonpost.com/news/worldviews/wp/2017/04/24/how-close-is-too-close-depends-on-where-you-live/?utm_term=.0848e250ce9c)

## Χάρτης προτύπων

Αυτό το μάθημα ευθυγραμμίζεται με τις Ικανότητες CASEL, τα Εθνικά Πρότυπα Αγωγής Υγείας, τα Πρότυπα της Διεθνούς Εταιρείας Τεχνολογίας στην Εκπαίδευση, κατά περίπτωση, και τα Κοινά Βασικά Πρότυπα Πολιτείας. Ανατρέξτε στο Χάρτη προτύπων Για περισσότερες πληροφορίες.

## Στόχος μαθήματος

Οι μαθητές θα:

- Αξιολογήστε τα υγιή όρια
- Προσδιορίστε τις ευθύνες που εμπίπτουν σε στενά, προσωπικά, κοινωνικά και δημόσια χωρικά όρια

## Σύνδεση Δασκάλου/Αυτοφροντίδα

Μερικές φορές βοηθάει να σκεφτόμαστε τις ευθύνες μας μέσα από μια ποικιλία φακών: δικαιώματα έναντι ευθυνών, προσωπικά και επαγγελματικά όρια και πηγές ευθύνης. Το καθένα μας δίνει μια νέα προοπτική για το τι είναι ευθύνη και τι όχι. Για παράδειγμα, έχετε δικαίωμα σε ένα ασφαλές, θετικό εργασιακό περιβάλλον. Ως εκ τούτου, είστε υπεύθυνοι για τη συμβολή σε αυτό το ασφαλές, θετικό περιβάλλον. Πώς είναι η κουλτούρα του προσωπικού του σχολείου σας; Πώς είναι οι σχέσεις των δασκάλων; Ποιο είναι το τεκμήριο της αίσθησης διαλειμμάτων προσωπικού; Είναι δάσκαλοι και διαχειριστές στην ίδια σελίδα; Ποιες ευθύνες έχετε ως μέρος αυτής της κοινότητας για να εξασφαλίσετε ένα ασφαλές, θετικό εργασιακό περιβάλλον; Τι γίνεται με τα προσωπικά και επαγγελματικά σας όρια στη δουλειά; Εάν έχετε μαθητές που έχουν προσωπικούς αγώνες και, κατά συνέπεια, φέρνουν την επιθετικότητα, τη θλίψη ή τις απογοητεύσεις τους στο δωμάτιό σας, ποια είναι η ευθύνη σας; Η ευθύνη σας είναι να διδάξετε αυτά τα παιδιά και να εξασφαλίσετε ένα περιβάλλον στην τάξη που ευνοεί τη μάθηση για όλους τους μαθητές. Δεν είναι δική σας ευθύνη να «διορθώσετε» την κατάσταση στο σπίτι τους ή να αξιολογήσετε προσωπικά και να αντιμετωπίσετε τα ζητήματα ψυχικής ή συναισθηματικής υγείας τους. Θέστε ένα προσωπικό και επαγγελματικό όριο, μην παίρνετε προσωπικά τα ζητήματά τους και αναζητήστε άλλους επαγγελματίες του σχολείου ή δημόσιες υπηρεσίες για να βοηθήσουν τους μαθητές σας με τον τρόπο που χρειάζονται βοήθεια. Τι γίνεται με το να γνωρίζετε από πού προέρχονται οι ευθύνες σας; Ξέρεις γιατί κάνεις αυτό που κάνεις; Έχετε δημιουργήσει ευθύνες για τον εαυτό σας ή σας τις έχει δώσει κάποιος άλλος; Η γνώση της πηγής των ευθυνών σας μπορεί να σας βοηθήσει να τις ιεραρχήσετε και να είστε πιο αποτελεσματικοί. Αφιερώστε λίγο χρόνο σήμερα για να αξιολογήσετε τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις σας, να θέσετε κάποια όρια που πρέπει να θέσετε και να καταλάβετε γιατί κάνετε αυτό που κάνετε.



## Μερίδιο

5-7 λεπτά

Σε αυτή την ενότητα μιλάμε για υπευθυνότητα. Πόσοι από εσάς, από την περασμένη εβδομάδα, είχατε την ευκαιρία να αναλάβετε την ευθύνη για

κάτι ή να κάνετε μια υπεύθυνη επιλογή, και *αποφεύγεται* να κατηγορείς άλλους ή να είσαι ανέντιμος όταν ολοκληρώσεις αυτό που σου ζητήθηκε; (Προσκαλέστε τους μαθητές να μοιραστούν αν θέλουν.)

Καλός! Συνεχίστε να εργάζεστε σε αυτό! Είναι πραγματικά καλό να αναλαμβάνεις την ευθύνη για κάτι, ακόμα κι αν αυτό σημαίνει ότι είσαι ιδιοκτήτης κάτι που ξέχασες να κάνεις ή επιλέγω να μην κάνουμε. Όχι ότι είναι ωραίο να απογοητεύεις τους ανθρώπους, αλλά είναι ωραίο να διορθώνεις αυτές τις καταστάσεις.



## Εμπνέω

15 λεπτά

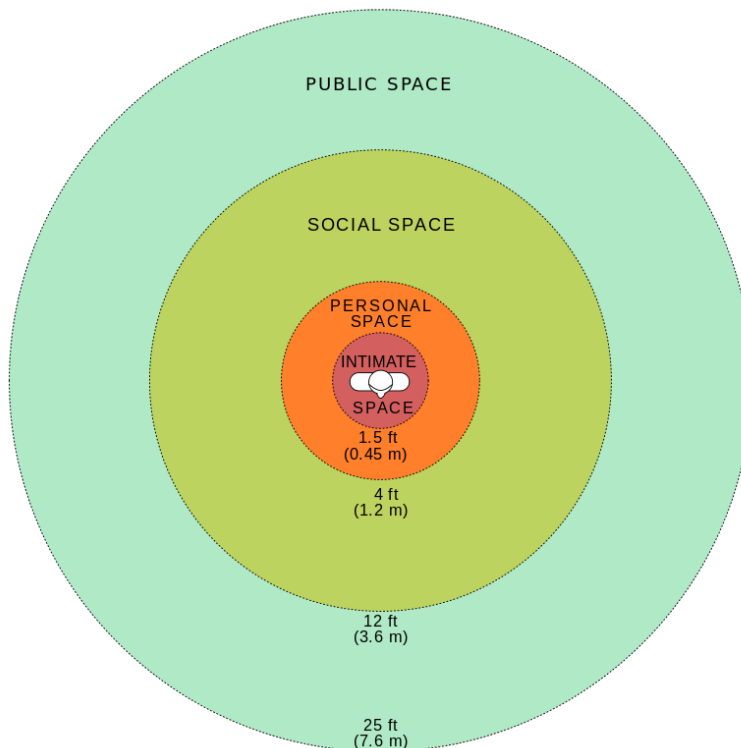
Αυτή την εβδομάδα θα μιλήσουμε για τα όρια ευθύνης. Μερικές φορές νιώθουμε ότι πρέπει να είμαστε υπεύθυνοι για όλους και για όλα. Καθώς μεγαλώνετε, θα σας δίνονται περισσότερες ευθύνες και μπορεί να είναι δύσκολο να γνωρίζετε πού σταματά αυτή η γραμμή. Η αλήθεια είναι ότι δεν είναι όλα δική σας ευθύνη. Ως τάξη, ως σχολείο, στην οικογένειά σας, υπάρχουν κοινές ευθύνες. Όλοι συμμετέχουμε για να λειτουργήσουν τα πράγματα. Και, αν αρχίσετε να κάνετε πράγματα που είναι τεχνικά ευθύνη κάποιου άλλου, δεν θα μάθει να εκπληρώνει τον ρόλο του στην ομάδα και θα κατακλύζεστε με πάρα πολλά να κάνετε και να σκεφτείτε. Επομένως, είναι σημαντικό να έχετε καλά όρια με τους ανθρώπους όταν αποφασίζετε τι είναι και τι δεν είναι ευθύνη σας.



## Εξουσιοδοτώ

20 λεπτά [Σύσταση: Χωρίστε το σε δύο μέρη των 10 λεπτών. Μέρος 1 για την εξήγηση και Μέρος 2 για τη δραστηριότητα. Αυτό παρατείνει το χρόνο του μαθήματος, αλλά μπορεί να είναι απαραίτητο.]

Για να μας βοηθήσει να γνωρίζουμε πού είναι τα όρια της ευθύνης, βοηθάει να γνωρίζουμε ποια είναι τα προσωπικά μας όρια. Ας δούμε αυτή την εικόνα:



(Πηγή: WebHamster, 2009, [CC BY-SA 3.0](#))

*Είτε προβάλετε την εικόνα στον έξυπνο πίνακα είτε σχεδιάστε την στον πίνακα, αλλά οι μαθητές θα χρειαστούν επίσης μια εκτύπωση για την τελική δραστηριότητα, ώστε να μπορείτε να το μοιράσετε και στους μαθητές αυτή τη στιγμή.*

Ο οικείος σας χώρος καλύπτει συνήθως τις πρώτες 18 ίντσες γύρω σας. Έτσι, από το σώμα σας προς τα έξω περίπου 1 ½ πόδια (περίπου 17-18 ίντσες), αυτός είναι ο χώρος σας. Μερικοί άνθρωποι λένε ότι αν απλώσεις τα χέρια σου, οτιδήποτε μακριά τα χέρια και προς τα μέσα είναι ο οικείος σου χώρος. Και, όσο πιο κοντά σας, τόσο πιο οικείο ή ιδιωτικό γίνεται. Δεν χρειάζεται να ανεχτείτε τους ανθρώπους να μπαίνουν στο πρόσωπό σας, για παράδειγμα, ή να σας αγγίζουν αν δεν το θέλετε. Αυτό το 1 ½ πόδι είναι δική σας ευθύνη και μόνο δική σας. Ομοίως, ο οικείος χώρος κάποιου άλλου είναι δικός τους. Μην υποθέτετε ότι κάποιος σας θέλει μέσα στο χώρο του χωρίς πρόσκληση. Είναι σημαντικό να θυμάστε ότι δεν είστε υπεύθυνοι για τον οικείο χώρο κάποιου. Για παράδειγμα, δεν είναι δική σας ευθύνη να διασφαλίσετε ότι όλοι γύρω σας είναι χαρούμενοι, παρόλο που είναι ευγενικό εκ μέρους σας να ρωτάτε πώς μπορείτε να βοηθήσετε αν δείτε ότι κάποιος είναι λυπημένος και να είστε καλός φίλος. Αλλά, αν επιλέξουν να μείνουν δυστυχισμένοι ή αν δεν είναι ασφαλές για εσάς να ασχοληθείτε με αυτό το άτομο, δεν είναι δουλειά σας να το «διορθώσετε». Η δουλειά σας είναι να είστε υπεύθυνοι για τον οικείο χώρο και την ευημερία σας.

Έξω από αυτόν τον οικείο χώρο, όμως, μπαίνουμε σε περισσότερους κοινόχρηστους χώρους. Περίπου τέσσερα πόδια έξω από την άκρη του οικείου χώρου σας ονομάζεται προσωπικός χώρος. Αυτό είναι όπου εξακολουθείτε να νιώθετε ότι είναι ο χώρος σας, αλλά άλλοι άνθρωποι θα πληγαινοέρχονται, θα κάθονται δίπλα σας στο μεσημεριανό γεύμα, θα περνάνε δίπλα σας στο διάδρομο και θα κάνουν παρέα μαζί σας στην τάξη ή στο σπίτι. Μερικές φορές, μπορεί να αισθάνεστε ότι οι άνθρωποι βρίσκονται στον οικείο σας χώρο (όπως αν κάθονται δίπλα σας στο μεσημεριανό γεύμα, για παράδειγμα), αλλά λειτουργούν μέσα σε μια

νοοτροπία πιο προσωπικού ή ακόμα και κοινωνικού χώρου. Δεν θέλουν να είναι πολύ κοντά, αλλά είναι ακριβώς το πόσο γεμάτο είναι το μεσημεριανό τραπέζι. Ο προσωπικός σας χώρος μπορεί να εξακολουθεί να ανήκει σε μεγάλο βαθμό σε εσάς, αλλά να θυμάστε ότι ο προσωπικός σας χώρος θα διασταυρωθεί και με τον προσωπικό χώρο άλλων ανθρώπων, επομένως πρέπει να είστε ευγενικοί. Ό,τι συμβαίνει στον προσωπικό σας χώρο, όμως, είναι επίσης σε μεγάλο βαθμό δική σας ευθύνη. Το πώς συμπεριφέρεστε σε αυτό το άτομο που κάθεται δίπλα σας στο μεσημεριανό γεύμα είναι δική σας ευθύνη. Έχουν επίσης την ευθύνη να είναι και καλός φίλος για μεσημεριανό γεύμα.

Από τα 4 πόδια έως τα 12 πόδια, αυτό ονομάζεται κοινωνικός χώρος. Εδώ περνάτε χρόνο με φίλους, δουλεύοντας με συμπαίκτες, αλληλεπιδρώντας στο σχολείο ή στο σπίτι ή ακόμα και έξω σε μικρότερους κοινοτικούς χώρους. Εδώ την ευθύνη μοιράζονται όσοι βρίσκονται στο χώρο. Οποιοσδήποτε καταλαμβάνει ή μοιράζεται κοινωνικό χώρο θα πρέπει να σέβεται αυτούς που βρίσκονται σε αυτόν τον χώρο μαζί του.

Από τα 12 πόδια έως τα 25 πόδια, μπαίνουμε στον «δημόσιο χώρο». Αυτά είναι τα δημόσια εστιατόρια, τα καταστήματα, οι δρόμοι, τα πεζοδρόμια, η σχολική πανεπιστημιούπολη γενικά και μερικές φορές η τάξη. Όπως ο κοινωνικός χώρος, έχουμε την ευθύνη να ενεργούμε κατάλληλα, ευγενικά και βοηθητικά σε αυτούς τους χώρους, αλλά δεν είμαστε προσωπικά υπεύθυνοι για όλα όσα συμβαίνουν σε αυτούς τους χώρους. Εάν, για παράδειγμα, οι ουρές στο κατάστημα είναι πολύ μεγάλες, δεν είναι δική μας ευθύνη να το διορθώσουμε, αν και είναι δική μας ευθύνη να περιμένουμε υπομονετικά.

### Δραστηριότητα:

Θα δώσω στον καθένα σας ένα φυλλάδιο από αυτά τα διαστημικά δαχτυλίδια και μετά θα διαβάσω δυνατά διάφορες ευθύνες που έχουμε. Θέλω να γράψετε αυτή την ευθύνη στο ρινγκ όπου πιστεύετε ότι είναι πιο κατάλληλο. *Μοιράστε το φύλλο εργασίας Rings of Responsibility και διαβάστε από την παρακάτω λίστα, δίνοντας στους μαθητές χρόνο να γράψουν ενδιάμεσα. Μπορούν απλώς να γράψουν τον αριθμό.*

1. Βουρτσίζοντας τα δόντια σου
2. Δώστε έγκαιρα την εργασία σας
3. Το να είσαι καλός φίλος
4. Τηρώντας τους κανόνες του σχολείου
5. Εξάσκηση στο όργανό σας πριν από τη συναυλία
6. Να λες καλά πράγματα για τον εαυτό σου
7. Κάνοντας κομπλιμέντο στους άλλους
8. Δουλεύετε σκληρά στα μαθηματικά σας
9. Καθισμένος ήσυχα στη βιβλιοθήκη
10. Καθαρισμός αφού φάτε το μεσημεριανό σας
11. Καθαρισμός του δωματίου σας στο σπίτι
12. Φροντίδα για έναν παππού και γιαγιά
13. Περιμένοντας υπομονετικά στην ουρά σε ένα κατάστημα
14. Κουνώντας σε έναν γείτονα
15. Μοιραστείτε θετικά πράγματα στο διαδίκτυο



### Κατοπτρίζω

5-7 λεπτά

Ας δούμε πού τοποθετήσατε τα πράγματα που μόλις παρέθεσα. Ελέγξτε τις απαντήσεις σας και αν βάλετε κάτι διαφορετικό από αυτό που διάβασα εδώ, ας μιλήσουμε για τις ιδέες σας. Σημειώστε ότι ορισμένοι θα μπορούσαν να υποστηριχθούν για διαφορετικούς χώρους όπως υποδεικνύεται παρακάτω.

1. Βούρτσισμα των δοντιών - οικείο
2. Δώστε έγκαιρα την εργασία σας - κοινωνική
3. Το να είσαι καλός φίλος - προσωπικός/κοινωνικός
4. Τηρώντας τους κανόνες του σχολείου - κοινωνικό/δημόσιο
5. Εξάσκηση της κόρνας πριν από τη συναυλία - κοινωνική
6. Λέγοντας καλά πράγματα για τον εαυτό σας - οικείο
7. Δίνοντας στους άλλους ένα κομπλιμέντο - κοινωνικό
8. Δουλεύετε σκληρά στα μαθηματικά σας - προσωπικά
9. Καθίστε ήσυχα στη βιβλιοθήκη - προσωπική/κοινωνική
10. Καθαρισμός αφού φάτε το μεσημεριανό σας - προσωπικό/κοινωνικό
11. Καθαρισμός του δωματίου σας στο σπίτι - προσωπικό/κοινωνικό
12. Φροντίδα παππού και γιαγιάς - κοινωνική
13. Περιμένοντας υπομονετικά στην ουρά σε κατάστημα - κοινό
14. Κουνώντας σε έναν γείτονα - κοινωνικό/δημόσιο
15. Κοινή χρήση θετικών πραγμάτων στο διαδίκτυο - δημόσια

Είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι, ενώ έχουμε την ευθύνη να είμαστε ευγενικοί, να νοιαζόμαστε, να βοηθάμε και να σεβόμαστε σε όλους τους χώρους, ορισμένοι χώροι (όπως ο οικείος και ο προσωπικός μας χώρος) είναι αποκλειστικά δική μας ευθύνη, όπως ακριβώς είναι ο οικείος και προσωπικός χώρος ενός άλλου ατόμου. Ευθύνη τους. Είναι σημαντικό να το θυμάστε αυτό και να μην δώσετε σε κάποιον άλλο εξουσία στον οικείο ή προσωπικό σας χώρο ή να αναλάβετε την εξουσία στον οικείο ή προσωπικό χώρο κάποιου άλλου. Αυτοί είναι χώροι στους οποίους πρέπει να προσκληθείτε. Ωστόσο, οι κοινωνικοί και δημόσιοι χώροι είναι πιο ρευστοί. Μερικές φορές θα διαπιστώσουμε ότι συμβαίνουν πράγματα που δεν είναι δική μας ευθύνη, αλλά μερικές φορές θα διαπιστώσουμε ότι μπορούμε να είμαστε χρήσιμοι και να δείξουμε ευθύνη (όπως το να εξασκούμε την κόρνα μας, ώστε να μπορούμε να συνεισφέρουμε με θετικούς τρόπους στη συναυλία). Δεν είναι απαραίτητως ευθύνη μας να διασφαλίσουμε ότι ολόκληρο το συγκρότημα ακούγεται καλά, αλλά είναι δική μας ευθύνη να φροντίσουμε να ακούγουμε καλά! Αυτό μπορεί να είναι δύσκολο να το σκεφτείτε, αλλά αφιερώστε λίγο χρόνο για να αξιολογήσετε πού βρίσκονται οι ευθύνες σας και πώς τις εκπληρώνετε. Μην αναλαμβάνετε ευθύνες που δεν είναι δικές σας και μην εγκαταλείπετε ευθύνες που είναι μόνο δικές σας.



# Δακτύλιοι ευθύνης

