

# Paradigma's benoemen (Covey 0)

*Materialen:*  
pen en papier

*Uitleg:*

*In het boek (p 21-23) staan een aantal uitspraken die achteraf totaal niet waar waren.*

*Bespreek deze kort. Punt is dat de waarneming van de werkelijkheid meestal niet de waarheid is.*

*Er zijn allerlei uitspraken met herkenbare paradigma's gemaakt die jongeren vaak gebruiken. Bespreek de onderstaande beweringen: klopt dit of niet?*

*Afhankelijk van de groepsgrootte kan dit centraal of in deelgroepen besproken kunnen worden.*

1. Ik kan succes hebben als ik dat wil
2. Ik hou liever mijn mond
3. Ik verdien straf als ik iets verkeerd heb gedaan
4. Ik heb het recht egoïstisch te zijn
5. Ik heb leiding nodig
6. Ik mag fouten maken
7. Ik kan er niets aan doen, ik ben zo opgevoed
8. Ik moet het alleen doen
9. Ik bepaal zelf wat belangrijk is voor mij
10. Als ik ergens voor kies dan ga ik er voor
11. Ik kan kritiek naast me neerleggen
12. Ik bepaal zelf wat goed is voor mij
13. Ik hoef niet te werken om gelukkig te zijn
14. Als ik faal ligt het niet aan mij
15. Iedereen heeft altijd een keuze
16. Ik kan wel mijn best doen maar dat maakt toch niks uit
17. Ik ben verantwoordelijk voor de ander
18. Ik vertrouw op mezelf
19. Ik heb moeite om mensen te vertrouwen
20. Ik kan nee zeggen zonder me schuldig te voelen

***Doel:***

Inzicht krijgen in overtuigingen, bespreken en vergelijken van overtuigingen, met elkaar in gesprek gaan.