

De persoonlijke bankrekening (Covey 0)

Materialen:

Opricht de persoonlijke bankrekening

Uitleg:

De zwaarste strijd die je in je leven moet leveren is vaak die met jezelf. Als je de wereld wilt veranderen moet je bij jezelf beginnen. Niet bij je ouders, je vriend of vriendin of je leraar. Alle veranderingen beginnen bij jou!

Iedereen heeft een persoonlijke bankrekening. De bankrekening waar het hier over gaat, staat geen geld op. Je kunt stortingen doen op deze bankrekening, door je bijvoorbeeld aan een belofte te houden, iets voor een ander te doen, je talent benutten.

Maar je kunt ook een opname doen van je persoonlijke bankrekening, door oneerlijk te zijn, beloftes te breken, je talenten niet benutten e.d. Je kredietwaardigheid, ofwel je geloofwaardigheid neemt dan af. Hoe kun je nu zorgen dat je persoonlijke bankrekening goed gevuld blijft?

De student vult de lijst (opdracht persoonlijke bankrekening) zo volledig mogelijk in..

Doel:

De student krijgt inzicht in zijn of haar persoonlijke bankrekening.

Pagina-einde

DE PERSOONLIJKE BANKREKENING

1. BELOFTE AAN JEZELF NAKOMEN

a. Deze dingen neem ik mezelf vaak voor en doe ik uiteindelijk toch niet.



b. Wanneer ik mezelf voorneem iets te doen en het vervolgens niet doe, voel ik me:

omdat;

c. ik ga de volgende twee kleine beloftes aan mezelf doen. En wanneer ik deze beloftes nakom, zal het saldo op mijn persoonlijke bankrekening stijgen. De twee beloftes zijn:



2. KLEINE AARDIGE DINGEN DOEN VOOR EEN ANDER

d. Voor deze drie mensen in mijn leven zou ik iets aardigs willen doen:



e. Deze week ga ik voor één van deze drie mensen het volgende doen:



3. AARDIG ZIJN TEGEN JEZELF

Als je kunt lachen om jezelf en het leven niet altijd serieus neemt, straal je een hoopvolle houding uit die veel mensen aantrekt. Beschrijf een voorbeeld waar bij je om jezelf kon lachen omdat je iets raars, onhandigs of geks deed:

4. EERLIJK ZIJN

a. De eerlijkste persoon die ik ken is:



b. Zijn of haar eerlijkheid blijkt uit: (beschrijf waarom je dit vindt)

c. Ik ga deze week eerlijk zijn over:

Dit ga ik als volgt aanpakken:

Dit kan me het volgende opleveren:

5. AAN JEZELF DENKEN

a. Mijn toevluchtsoord is:



b. De kenmerken van mijn toevluchtsoord zijn:



c. Wanneer ga ik naar mijn toevluchtsoord?



6. JE TALENTEN BENUTTEN

a. Jouw talent is:



b. Mijn beste vriend(in) zou zeggen dat mijn gekste talent is:

