

## DYDERNES PROJEKT DANMARK

### *Kontakt og info:*

Hjemmesiden: <http://www.dyder.dk/>

Jesper Platz: Mail – [ztalp@hotmail.com](mailto:ztalp@hotmail.com)  
Telefon - 42390879

## 52 DYDER

*Ansvarlighed*

*Barmhjertighed - Begejstring - Beskedenhed*

*Beslutsomhed*

*Enhed*

*Fleksibilitet - Fortræffelighed*

*Fredfyldthed - Frigørelse*

*Gavmildhed - Glæde - Godhed*

*Hensynsfuldhed - Hjælpsomhed - Høflighed*

*Idealisme*

*Kreativitet - Kærlighed*

*Loyalitet - Lydighed*

*Medfølelse - Mildhed - Mod - Mådehold - Målrettethed*

*Omsorg - Ordenssans*

*Pålidelighed*

*Renlighed - Respekt - Retfærdighed*

*Sandfærdighed - Selvdisciplin - Selvsikkerhed - Standhaftighed*

*Taknemmelighed - Taktfuldhed - Tilgivelse - Tillid - Tiltro -*

*Tjenstvillig Tolerance - Trofasthed - Troværdighed - Tålmodighed*

*Venlighed*

*Ærlighed - Ærbødighed - Ære*

*Ydmyghed - Åndelighed*

## De fem strategier

### **1. Tal dydernes sprog.**

Sproget kan give os styrke og tage den fra os. Vi skaber selvværd, når vi, i stedet for at skælde ud og fokusere på negativitet, vender den om og italesætter dyderne hos hinanden. Dyderne bliver brugt til at anerkende, guide og rette til. Dydernes sprog hjælper os til at huske på, hvem vi ønsker at være.

### **2. Genkend læringsøjeblikke.**

Dette er en måde at betragte livet som en række muligheder for at lære, at betragte vores fejltagelser som muligheder for forbedring. Den giver os mulighed for at få det bedste frem i andre og os selv ved at spørge "Hvad kan jeg lære af denne situation?", "Hvad kan jeg gøre anderledes næste gang?" eller "Hvordan kan jeg gøre det godt igen?"

### **3. Sæt klare grænser.**

Sammen med en fælles vision af dyderne, en fælles idé om hvordan vi vil behandle hinanden, beskytter klare grænser os mod overgreb. Klare grænser skaber tryghed for læring. Baseret på dyderne skaber grænserne grobund for orden og enhed. Denne måde er en positiv indgangsvinkel til disciplin ved at lægge vægt på både selvsikkerhed og styrkende retfærdighed. Den hjælper os til se hvilken slags adfærd vi ikke vil have, og hvordan vi så skal gøre det bedre når "den smutter".

### **4. At ære ånden.**

Selve skolens ånd vokser gennem enkle ritualer som gør os opmærksomme på den vision vi deler. Eksempelvis kunne et øjeblikkes fælles stilhed for hele skolen være med til at skabe en fredfyldt dag. At dele dyder kunne være en måde at klarlægge hvad vi finder vigtigt i vores liv. At få børnene til at være med til skolens udsmykning kunne fremme deres kreativitet. Det handler om at skabe en fælles ånd, som stadig rummer vores forskelligheder.

### **5. Lyttende nærvær**

Dette handler om kunsten at hele, opmuntre til moralsk opførsel og give et trygt rum at vise sine følelser i. Det er et redskab til konfliktløsning. Det hjælper os til at komme ind til kernen af problemet når mennesker står i en krise- eller sorg situation. At lytte med nærvær kræver at vi er tilstede og lytter, at vi stiller opklarende spørgsmål der samtidig tillader den anden at "tømme koppen" og selv løse problemet ved hjælp af dyderne.