

Väärtused

**45 väärtust, mis on elus tähtsad.
TUNNE ära enda omad!**

Jennifer Moore-Mallinos • Julia Seal

Inglise keelest tõlkinud Merlin Laansoo



- Armastus 4
- Austus 6
- Ausus 8
- Avatus 10
- Empaatia 12
- Ettevaatlikkus 14
- Headus 16
- Heategevus 18
- Heldus 20
- Jagamisoskus 22
- Järjekindlus 24

- Kaastunne 26
- Kannatlikkus 28
- Keskkonnasõbralikkus 30
- Kiindumus 32
- Koostööoskus 34
- Lahkus 36
- Lihtsus 38
- Motivatsioon 40
- Mõõdukus 42
- Omakasupüüdmatlus 44
- Optimism 46

- Organiseerimisvõime 48
- Osavõtlikkus 50
- Puhtus 52
- Pühendumus 54
- Rahu 56
- Rahulikkus 58
- Rahulolu 60
- Rõõm 62
- Sallivus 64
- Sõprus 66
- Tunnustamisoskus 68
- Tähelepanelikkus 70

- Tänulikkus 72
- Tänutunne 74
- Töökus 76
- Usaldus 78
- Usaldusväarsus 80
- Uudishimu 82
- Vabadus 84
- Vaikus 86
- Vaimustus 88
- Vaprus 90
- Vastutustunne 92
- Väärtused, väärtused 94

S i s u k o r d



Armastus

Kas sinu elus on keegi, kes teeb su südame soojaks?
Juba üksnes oma vastsündinud väikevenna peale
mõtlemine täidab kogu mu südame armastusega.
Ta on kõigest mõne päeva vanune, aga mulle tundub,
nagu oleksin teda terve elu tundnud. Ma armastan
teda süles hoida ja kuulata, kuidas ta laliseb.
Kui tema väike käsi mu sõrme pigistab, ajab see
mind naerma. **Kuidas on võimalik kiinduda**
sellisesse väikesesse olevusse, kes on kõigest
mõni päev vana?!

Kes täidab sinu südame armastusega?





Austus

Kas sinu elus on keegi, keda sa väga austad?

Alati kui mulle meenub, kui palju mu vend aitas meie isa,
kui see jalaluu murdis, **mõtlen imetlusega oma vennale.**

Ta mitte ainult ei teinud ära kogu aiatööd, vaid hoolitses
ka kõikide laudaloomade eest, täpselt nagu isa.

Oli väga oluline kõikide majapidamistöödega jätkata
ja mu vend sai sellega hakkama!

Ma tõesti austan oma venda!

Ausus

Mõnikord on raske tõtt rääkida. Eriti siis, kui tead, et tegid midagi valesti. Mäletan, kui laenasin oma õelt luba küsimata püksid ja tõmbasin need kogemata katki.

Tundsin, et pean olema aus ja rääkima talle, mis juhtus. Mu õde ei olnud oma pükse nähes sugugi rõõmus, aga ta oli minu üle uhke, et ma olin aus.

Kas sa teadsid, et kui oled inimestega aus, siis hakkavad nad sind usaldama?





Avatus

Oled sa mõelnud sellele, et igapähe on erinevate asjade kohta oma mõtted ja arvamused? Ja isegi kui me teiste inimeste arvamusega ei nõustu, **peame proovima kuulata ja mõista**, mis neil öelda on. See võib olla sama lihtne kui olla avatud proovima midagi uut. Näiteks maitsma šokolaadisiirupit röstsaiaga. Mine tea, äkki hakkab meeldima!

Kas sina oled avatud midagi uut proovima?

Empaatia

Ennast kellegi teise kingadesse panema tähendab seda, **et üritad mõista**, mida keegi teine läbi elab ja kuidas ta end tunneb. Eriti siis, kui sul on olnud samasugune kogemus. Kui mu parima sõbra koer haige oli, teadsin, et sõber on hirmul ja kurb, sest nii tundsin end mina, kui mu hamster haige oli. Mõistsin oma sõpra! Empaatia on see, kui sa mõistad kellegi teise tundeid.

Kas sa oled ennast kunagi kellegi teise olukorda pannud?





Ettevaatlikkus

Kõik teavad, et **enne tee ületamist tuleb vaadata mõlemale poole**. Kui hoiad silmad ja kõrvad lahti, et märgata ja kuulda mööduvaid autosid, hoolitsed enda ohutuse eest. Ka täiskasvanu käest kinni hoidmine hoiab ohud sinust eemal. Ole tee ületamisel alati ettevaatlik!

Mismoodi oled sina ettevaatlik ja hoolitsed enda ohutuse eest?

Headus

Kas sul on **keegi eriline, kes on sinu jaoks alati olemas**, eriti siis, kui sa kurb oled? Mul ka! Millegipärast on nii, et alati kui ma olen õnnetu, siis mu kass justkui mõistab seda. Näitamaks, et ta mind armastab ja minu tunnetest hoolib, poeb ta minu juurde ja nurrub. Tema hoolimine ja mõistmine aitab alati. Ta on nii hea kass.

Mida teed sina, kui tahad näidata, et sa kellestki hoolid?



Heategevus

Igal aastal pühade ajal on minu koolis heategevuskampaania, mille ajal **annetavad kõik pered purgitoite**. Meie eesmärk on koguda suurde konteinerisse kooli ees nii palju konservipurke kui võimalik. Kui konteiner täis saab, viime kogutud toidu kohalikku varjupaika. Nii saame aidata abivajajaid.

Kas oskad välja pakkuda veel võimalusi, kuidas heategevus aitab abivajajaid?

