

# NYSGJERRIGHET

## SUPEREVNER

HVA ER

**Nysgjerrighet**, "motoren bak akademiske ferdigheter", er et genuint ønske om kunnskap og selve motivasjonen bak det å aktivt søke ny informasjon. Nysgjerrighet driver læring og motivasjon, fremmer empati og understøtter kritisk

tenkning, beslutningstaking og sosiale ferdigheter, og er avgjørende for livskvalitet og helse.

*Nysgjerrige barn er bedre til å løse problemer.*



Nysgjerrighet er avgjørende for barns tidlige utvikling og trivsel. Nysgjerrige mennesker lærer bedre og raskere, og presterer bedre akademisk og på jobb - livet gjennom. Nysgjerrighet kan til og med styrke hukommelsen og hjernens utvikling.

Nysgjerrige mennesker har bedre sosialt samspill og er flinkere til å uttrykke empati. Nysgjerrighet er avgjørende for personlig utvikling, kritisk tenkning, effektiv beslutningstaking og trivsel, samt sosiale og nære relasjoner.

Nysgjerrighet driver samfunnets vitenskapelige og økonomiske utvikling. En verden uten kunnskapshunger hadde vært en verden uten fremgang og håp.

Å lære nye ting aktiverer de delene av hjernen som er forbundet med forventning om belønning, noe som antyder at indre motivasjon driver nysgjerrighet.

HVORFOR NYSGJERRIGHET ER VIKTIG

### Visste du at:

Barn er født nysgjerrige og trenger positive og støttende sosiale interaksjoner og muligheter for å dyrke nysgjerrigheten videre.

*Nysgjerrighet er en grunnleggende del av sosial og emosjonell læring.*

### THE SCIENCE OF SKILLS

«Lytt først» - et initiativ fra FN's kontor for narkotika og kriminalitet for å fremme glede, helse og omsorg i familier.

[www.unodc.org/listenfirst](http://www.unodc.org/listenfirst)



Tryggere Ungdom

Listen  
FIRST

# VITENSKAP OM FERDIGHETER

UNODCs Listen First-materiell støtter utviklingen av barn som vil vokse opp til å bli lykkelige, vellykkede personer i sine samfunn. Barn som utvikler sosial og emosjonell læring og andre livsferdigheter kan navigere gjennom de gode dagene og utfordringer i livet. De er også en del av en effektiv og evidensbasert tilnærming til forebygging av rusmiddelbruk.

## SELVSTYRING

Å kunne regulere sine egne følelser.  
Tenker du før du handler?  
Setter og oppnår du mål og planer?  
Gjenkjenner du sinne?

## ANSVARLIG BESLUTNINGSTAKING

Evnen til å ta beslutninger om ditt eget og andres liv.  
Har dine beslutninger en positiv innvirkning på andre?  
Bruker du kritisk tenkning når du gjør prioriteringer?

## STRESSHÅNDTERING

Å kunne gjøre endringer i livet ditt hvis du er i en stressende situasjon.  
Forebygger du stress ved å ta vare på deg selv og slappe av?  
Håndterer du din respons på stressende situasjoner når de oppstår?

## SELVBEVISSTHET

Å gjenkjenne sine egne følelser og adferd.  
Er du bevisst følelsene dine?  
Hvordan påvirker de din adferd?

Dyrk dine  
**SUPEREVNER**  
OG BLOMSTRE!

## RELASJONSFERDIGHETER

Evnen til å bygge positive relasjoner, spesielt med mangfoldige grupper.  
Bruker du kommunikasjonsferdigheter som aktiv lytting og konfliktløsning?  
Utøver du empati?



Gjort mulig med generøs støtte fra Frankrike.