

” I varje framgångsrikt system vi har studerat i världen, bedöms självaktning vara viktigare än ämnesinnehållet”.

Begreppet *självaktning* preciseras med hjälp av ”sex viktiga ingredienser”:

- Fysisk trygghet
(Frihet från fysisk skada)

- Känsломässig trygghet
(Frånvaron av skymfningar och fruktan)

- Identitet
(Svar på frågan: ”Vem är jag?”)

- Samhörighet
(En känsla av att höra samman)

- Kompetens
(Att känna sig kapabel)

- Mål och syfte
(Känslan av att ens liv har mening och riktning) ”