

Abych byl oblíbený. Abych byla oblíbená.

1. Je důležité si uvědomovat, že mne ostatní stále pozorují a hodnotí.
2. Pozoruji ty, kteří jsou oblíbení, jak se chovají, a v něčem se je snažím napodobit.
3. Chovám se tak nezávisle, že občas vyprávím přátelům o svých zájmech a koníčcích, i když vím, že je se mnou nesdílejí.
4. Zachovávám důstojnost, i když mám chuť někdy udělat něco ulítlého nebo se chovat praštěně.
5. Když zjistím, že někdo v běžné konverzaci zkresluje, plete se nebo uvádí nějaké nepravdy, opravím ho.
6. Setkám-li se s někým novým, snažím se být přívětivý, vtipný a okouzlující, abych na něj udělal dojem.
7. Když přeslechnu nebo si nezapamatuju jméno někoho, kdo se mi představil, nebo kdo mi byl představen, zeptám se na to jméno znovu.
8. Jestliže chci mít u ostatních respekt, nesmím dovolit, aby si ze mne utahovali.
9. Když mluvím s někým, kdo je chytrý a vtipný, snažím se také o chytré a vtipné odpovědi.
10. Snažím se zachytit náladu a atmosféru ve společnosti, v níž se pohybuju nebo do níž přicházím.
11. Pomáhám přátelům proto, že se pak mohu oprávněně domnívat, že mi také pomohou, až to budu potřebovat.
12. Drobné laskavosti pro ostatní je dobré dělat s rozmyslem, ne každý to totiž dokáže ocenit. A také to pak lidé automaticky očekávají.
13. Je dobré se zařídit tak, aby druzí byli závislí na mě, ne já na nich.
14. Snažím se ověřovat si, že ostatní schvalují, co dělám, a že mne za to oceňují.
15. Když někdo ve společnosti vypravuje vtip, který znám, řeknu mu to, případně ho za něj dopovím.
16. Když mne někdo pozve k sobě na večer, kdy chci jít do kina, vymluvím se na něco závažnějšího, abych se ho nedotkl.
17. Když někoho považuji za svého opravdového přítele, snažím se ho přesvědčit, aby dělal to, co je pro něj dobré, i když on nechce nebo má jiný názor.
18. Když se všichni ostatní shodují na nějakém názoru, s nímž nesouhlasím, raději mlčím, než bych se s ostatními dohadoval.

(dle E. Bakaláře: I dospělí si mohou hrát)