

Materiały z doradztwa zawodowego dla 7b

Temat: Zmiana – stały element życia.

Czym jest zmiana?

Pojęcie to ma wiele znaczeń. Zmiana to fakt, że coś staje się inne niż było przedtem. Zmienność zdarzeń, okoliczności, oczekiwań otoczenia, procedur działania towarzyszy człowiekowi od dziecka aż po wiek podeszły. We współczesnym świecie zmian tych jest coraz więcej i następują w coraz szybszym tempie. Aby móc konstruktywnie radzić sobie ze zmianami, warto przygotować się do radzenia sobie z nimi już w najwcześniejszych etapach życia.

W wolnej chwili obejrzyj film o zmianie: w google wpisz – Zmiana – stały element życia – materiały Ośrodek Rozwoju Edukacji – film.

Po obejrzeniu filmu spróbuj odpowiedzieć sobie na pytania:

Jakie znaczące zmiany miałeś/aś okazję przeżywać w swojej rodzinie?

Określ, czy były to zmiany planowane czy zaskakujące?

Jakie działania podejmowałeś/aś, aby sobie z nią poradzić?