

ETYKA - klasa 6a, 6b - 21 maja

Temat: Pragnienia i potrzeby.

Notatka w zeszycie:

1. JAK REALIZOWAĆ SWOJE POTRZEBY – JAK OSIĄGAĆ SWOJE CELE ?

Umiejętność realizowania swoich potrzeb jest w życiu niezwykle ważna. Dzięki niej można być zadowolonym, a nawet szczęśliwym. Brak takiej umiejętności może sprawić, że

.....
.....

"Nie zabieraj się do śledzia, jeżeli masz ochotę na jabłko!"

Zdarza się, że ludzie – nawet całkiem dorośli – odczuwają jakąś potrzebę, chcą czegoś, ale nie potrafią dokładnie powiedzieć, czego.

- coś bym zjadł, chciałbym być kimś, poszłabym gdzieś, chciałbym, żeby mnie wszyscy lubili..

Słówka „coś, gdzieś, kimś, wszyscy” nie dają właściwie żadnej wskazówki.

Nie wiadomo, czego się chce, na co się ma ochotę. Jeżeli jest Ci dobrze z takim brakiem konkretów – nie musisz się wysilać, żeby to zmienić. Ale jeżeli czujesz się z tym źle – postaraj się jakoś nazwać swoją potrzebę.

Czy często przychodzą ci do głowy słówka „coś, gdzieś, ktoś” , gdy myślisz o swoich potrzebach? Porozmawiaj z kolegą/koleżanką, czy potraficie nazywać swoje potrzeby.

Zaznacz: TAK – NIE.

- Wczoraj lało , ale to wcale nie znaczy, że dzisiaj też będzie lać.

Czasami ludzie wiedzą, czego chcą, znają swoje potrzeby, ale nie próbują ich realizować, bo: To błąd!

Potrzeba – to czasami coś bardzo bliskiego marzeniu, a przecież nawet marzenia się spełniają, jeżeli się im w tym wytrwale pomaga. Ale trzeba zacząć, bo nawet najdalsza podróż zaczyna się od pierwszego kroku...

Przypomnij sobie jakiś film lub książkę, gdzie bohaterowie pokonywali przeszkody na drodze do swoich marzeń. Od czego zaczynali? Jak reagowali na niepowodzenia? Czy zawsze udawało im się dopiąć celu? A jeżeli nie – co wtedy robili? Porozmawiaj o tym z koleżanką/kolegą.

WSKAZÓWKI, JAK REALIZOWAĆ SWOJE POTRZEBY:

KROK I. Nazwij potrzebę, cel, czyli to, co chcesz osiągnąć.

- zjadłbym jakiś owoc, może jabłko (więc nie jedz śledzia) chciałabym być w czymś dobra, może w sporcie (więc nie zadręczaj się słabym stopniem z matematyki), poszłabym pooglądać wystawy (więc nie idź do lasu) chciałbym, żeby mnie lubili Ci, których ja lubię (więc ciesz się, że lubisz Karola i Piotrkę z wzajemnością),

KROK 2. Wymyśl - samodzielnie lub z kimś - co możesz zrobić, żeby to osiągnąć; jeżeli chcesz - zanotuj pomysły, wyznacz sobie terminy.

KROK 3. Rób po kolei to, co postanowiłeś. Nie zniechęcaj się. Pamiętaj, że możesz swój cel zmieniać, zaprosić kogoś do współpracy. Masz też prawo odłożyć tę potrzebę na później lub z niej zrezygnować.

Na drodze do celu zazwyczaj pojawiają się jakieś przeszkody. Masz wtedy do wyboru 3 możliwości:

1. Przerazić się przeszkodą, zadręczać się i w końcu poddać – zapominając o celu.
2. Przeszkodę potraktować jak przygodę czy sprawdzian – i zająć się nią nie tracąc z oczu celu.
3. Skupić się na celu, spróbować obejść przeszkodę.

Ćwiczenie: Wybierz sobie jakąś swoją potrzebę i zapisz krok po kroku, jak możesz ją realizować wg podanych powyżej punktów (od nazwania potrzeby do reagowania na przeszkodę).

Jaka to potrzeba – cel?

.....

Co mogę zrobić, żeby ją zrealizować?

.....

Co zrobię najpierw, co potem, a co jeszcze później?

.....

Kiedy pojawia się przeszkoda na drodze do celu, wtedy (co robię?)

.....

.....

.....

Prace prześlij na adres wioleta.naw333@gmail.com